جلد (۲۲) | اخبار دیش اپکارک لاہور مورخہ ۱۶ جون ۱۹۲۶ء | نمبر (۶)

فہرست مضامین

دلچسپ طبّی نوٹ

حاملہ کو کیا خوراک کھانی چاہیئے؟

(ایک زندگی کے اندر دوسری زندگی کی پرورش ایک سنجیدہ مسئلہ ہے)
(ایک امریکہ کے اخبار سے ترجمہ)

کیا میرے گھر کوئی بچہ پیدا ہوگا؟ یہ ایک ایسا سوال ہے جو کہ ہر ایک عورت کی زندگی میں آتا ہے۔ شادی ہونے کے بعد اس کا ضرور جواب ملنا چاہیے۔ کیونکہ جہاں جاہل لوگوں کے لئے سلسلہ پیدائش کا علم مباحثہ کی صورت اختیار کر لیتا ہے۔ وہاں تعلیم یافتہ اشخاص کے لئے اس کی ہر نشیب و فراز کسی حد تک ظاہر ہوتی ہے۔

کیا ہماری قوم میں جسمانی و روحانی طور پر اعلیٰ بچے پیدا ہونگے؟

ہماری قومی زندگی میں یہ بھی بڑا بھاری سوال ہے اور اس کا جواب دو باتوں پر منحصر ہے۔ ایک تو یہ کہ کمزور۔ بیوقوف اور اخلاقی طور پر بگڑی ہوئی جماعت کے لوگوں میں بچوں کی شرح پیدائش کم یا بندی کی جاوے دوم (جو کہ بڑا ضروری معاملہ ہے) یہ کہ مضبوط۔ سمجھدار اور اعلیٰ طبقے اور عمدہ اخلاق کی جماعت کے لوگوں میں بچوں کی شرح پیدائش بڑھ جاوے۔

یہ سوال ہماری قوم میں آج لائق اور عمدہ بچے پیدا ہوں۔ اس بات پر انحصار رکھتا ہے کہ لاکھوں سمجھدار اور اعلیٰ اخلاق والی عورتیں اس سوال کا جواب کیا دیتی ہیں۔ کہ کیا میرے گھر کوئی بچہ پیدا ہوگا؟

کوئی ایسی اصلیت۔ خرط۔ واقفیت یا دلیل جو کہ ایسی عورت کو مذکورہ بالا سوال کا جواب مثبت میں دینے کے لئے تیار کرے۔ وہ نہ صرف عورت کی ہی خوشی اور حصول مقصد کا باعث ہے بلکہ ملک اور قوم کی نجات بھی اسی میں ہے۔

عام طور پر ہر ایک عورت خاصکر ایک جوان اور نو شادی شدہ لڑکی اپنے پہلے بچے کی پیدائش کے متعلق ڈر کی وجہ سے قدرتی طور پر پیچ و تاب کرتی ہے کیونکہ بچہ جننے کی تکلیف اور اس کی پرورش وغیرہ کی تشویش اس کے دل میں ایک قسم کا خوف ان کر بیٹھی ہوئی ہوتی ہیں۔ آپ ماں کے فرائض کے متعلق کتنی ہی درج سرائی یا توصیف و تشہیر کیوں نہ کریں اصلیت یہی رہتی ہے کہ بہت ساری عورتیں ڈر کی وجہ سے ہونے والے درد اور دیگر تفکرات و پریشانی کی وجہ سے ماں بننے کی ذمہ داری کو ملتوی کر دیتی ہیں یا ماں بننے سے بالکل ہی انکار کر دیتی ہیں۔ ان کو کم کر دو زمانہ حمل کی بے ضرر۔ بلا مضرت اور خوشی بنا دو اور پریشانی کو کم کر دو۔ اس طرح سے ہم اچھے بچے پیدا کرنے کی کوشش کو زیادہ بار آور ثابت کر سکتے ہیں۔ بہ نسبت اس کے کہ ہم اپنے گھر کی چوٹی پر کھڑے ہو کر "فرض فرض" کا ڈھنڈورہ پیٹنا شروع کریں۔

دو سال گذرے کہ میں نے ایک آرٹیکل لکھا تھا جس میں کہ میں نے اس خاص خوراک کا ذکر کیا تھا جو کہ میں نے اپنی بیوی کے لئے اس کے پہلا بچہ جننے سے قبل کے مہینوں میں استعمال کرائی تھی جس سے کہ اس کی تمام پریشانیاں و تفکرات کا خاتمہ معلوم ہوتا تھا جو کہ اسی عرصے میں ہر ایک حاملہ عورت کو لاحق ہوتے ہیں۔

وہ نقطہ جس سے مندرجہ بالا منفعت بخش نتیجہ برآمد ہوا یہ تھا کہ جب عورت ذرا وزن میں زیادہ ہو یعنی اس کے جسم میں خاصکر کے پاس کچھ چربی کی زیادتی ہو تو حمل کے پچھلے آدھے مہینوں میں اس کو بچے اور ماں دونوں کے فائدے کے لئے کم کیا جا سکتا ہے اس کا نتیجہ ہوگا کہ اعضا اور ہڈیاں کھچاؤ وا کر داؤ کم ہوگا۔ نقائص ناصفہ کم ہو جاویں گے۔ اور سڈول پن بڑھے گا۔ یہ نتیجہ صرف اسی خوراک سے ہی مل سکتا ہے جو کہ کافی مقدار میں پروٹین۔ وٹامنز منرلز اور نمکوں کو رکھتی ہو اور جس میں چربی پیدا کرنے والے اجزاء کم ہوں۔ ایسی خوراک میں ۱ سے ۲ ½ سیر دودھ روزانہ ہونا چاہیئے۔ جس میں سے کہ

والی علیحدہ کی گئی ہو۔ گوشت کا استعمال بالکل ممنوع ہے کھانڈ اور میدے کی تمام اشیاء کی بالکل ممانعت ہے روٹی اور دال دے سکتے ہیں۔ مگر چھان بورہ کو ساتھ ہی تھوڑی کچھ مقدار میں رکھنا چاہیئے تاکہ قبض نہ رہے۔ پتوں والی سبزیات رساگ، نارنگیاں یا ٹماٹر اور اس قسم کی دیگر سبزیات اور پھل ہر ایک حاملہ کی ناصر حالت کے مطابق بطور خوراک اتنی مقدار میں دینی چاہیئیں کہ معیار خوراک پورا ہو سکے۔ اس کی مقدار ہر حالت میں مختلف ہوگی اور اس کا فیصلہ اس بات سے کرنا چاہیئے کہ کتنی چربی بچ رہی ہے۔ اور پیٹ کے اوپر سے کم کی گئی ہوتی ہے۔ اس سے یہ مقصد ہے کہ چربی کے کم ہو جانے سے جنین اس میں سے حصہ لیتا ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہوگا کہ حمل میں پیٹ بہت بڑھیگا آخری چند ہفتوں میں زیادہ بڑا ہوگا۔

مذکورہ آرٹیکل کے چھپنے پر مجھے بہت ساری چٹھیات سمجھدار اور خواہشمند مردوں عورتوں کی موصول ہوئیں۔ میرے پہلے کسی آرٹیکل نے جو کہ میں نے اس میگزین میں دیئے ہیں اتنی دلچسپی پیدا نہیں کی تھی جتنی کہ اس آرٹیکل نے ناظرین کی اس قدر دلچسپی دیکھ کر میں اس مضمون کو بھی واضح کرنا چاہتا ہوں اور چٹھیات سے جو نکات واضح ہوئے معلوم نہیں ہوتے ان کو صاف کرتا ہوں۔

میں صاف طور پر عرض کر دوں کہ اس مضمون یا پچھلے مضمون میں میں نے کوئی جادو کا نسخہ نکلنے کی خواہش ظاہر نہیں کی ہے۔ جس سے کہ بچے جننے میں ہونے والی تمام تکالیف۔ درد۔ خطرہ جات نقصانات و دیگر تفکرات سے نجات مل جاوے یہ باتیں کم کی جا سکتی ہیں۔ لیکن ہم ان سب ہونے والی قدرتی تکالیف کو صفحہ ہستی سے بالکل نابود نہیں کر سکتے۔ چاہے ہم کتنی ہی کوشش کریں۔ اور پشت ہا پشت اور آئندہ آنے والی نسل میں بھی ہم ان کا خاتمہ نہیں کر سکتے ہیں۔ نہ ہی بچے جننے کے بارے میں ہم کوئی حقیقت واقع بالکل سمجھ سکتے ہیں۔ تحقیقات زمین پر بڑا نازک اور ذمہ داری کا کام ہے۔ ایسا ہی رہیگا میں یہاں بچہ جننے کی دیگر ہدایتوں کے متعلق ذکر کو نہیں چھیڑوں گا۔ بلکہ صرف خوراک کے تعلق ہی اپنے خیالات کا اظہار کرونگا۔

میں اس بات کا دعویٰ تو نہیں کرتا کہ ماں کی پرورش کرنے والی غذا بچہ پر کوئی زیادہ اثر کرتی ہے کیونکہ قدرت نے بچہ کی پرورش کے متعلق پہلے ہی انتظام کیا ہوا ہوتا ہے۔ اس نظام کے مطابق جنین کی پرورش ان اجزاء سے ہوتی ہے جو کہ اس کو پہلے مل جاویں۔ چاہے یہ ماں کی خوراک سے ہو یا ماں کے جسم میں پہلے ہی اکٹھے کئے ہوئے اجزاء سے ہو۔ ہماری پیدائش سے قبل کی پرورش کے وقت قدرت نے ایک ایسی خوبی عطا کی ہے جو کہ کسی وقت اور ہم کو نصیب نہیں ہوتی ہے۔ یعنی ہم وہی خوراک لیتے ہیں جتنی ہم کو ضرورت ہے۔ اس طرح سے اگر ماں مناسب سے زیادہ خوراک کھا جاوے تو بچہ کو بھی حساب سے زیادہ خوراک نہ ملکر اس کی صحت پر یا ترقی پر کوئی برا اثر نہیں پڑتا ہے۔ ایک ننھی سی زندگی ماں کی جان کے اندر بیٹھی ہوئی اپنی خود ہی حفاظت کرتی جاتی ہے۔ اور یہ خوراک کی زیادتی ماں پر ہی اثر کرتی ہے۔ نئی وجود میں آنے والی بچے کی زندگی کو جو چیز ضرورت ہوتی ہے وہ ماں سے حاصل کر لیتی ہے یہ ممکن ہے کہ ماں کی زیادتی خوراک بچہ کی پیدائش کو مشکل کر دے۔ اس طرح بالواسطہ طور پر بچہ کی جان کو چاہے خطرہ ہو جاوے لیکن ناپیدا شدہ بچہ کو کبھی بھی زیادہ خوراک نہیں دی جا سکتی ہے۔

ہاں جنین کی خوراک کی کمی ہو سکتی ہے۔ کیونکہ جنین کے پاس کوئی خزانہ نہیں ہے جو وہ جمع کر کے رکھتا رہے۔ یہ کوئی کیمیائی اجزاء مرکب نہیں کر سکتا ہے۔ اور اگر ماں کے خون میں کیلسیم (چونہ) کی مقدار نہ ہو تو بچے کی ہڈیاں نہیں پیدا ہو سکتی ہیں۔ لیکن یہاں پر قدرت نے ایک اور انتظام کیا ہوا ہے کہ اگر ماں کیلسیم (چونہ) کی کوئی مقدار نہ کھاوے تاہم وہ پھر بھی اپنے بچے کی پرورش کیلسیم سے کچھ نہ کچھ ضرور کریگی اور یہ کیلسیم اس کی اپنی ہڈیوں سے نکلکر اور نکل کر بچہ کی پرورش کرتا ہے۔

اس بیان کے لکھنے میں جو کہ زندگی کے علم کا ایک تجربہ ہے۔ مجھے یہ ڈر نہیں کہ کئی عورتیں یا ایک بھی عورت اپنے حمل میں ٹھیرے ہوئے بچہ کی پرورش کے متعلق زیادہ لاپرواہی برتے گی۔ وہ ماں بڑی ہی کم فہم اور نادان ہوگی جو کہ جان بوجھ کر اس حالت میں اپنے آپ کو نقصان پہنچاوے خاصکر اس وقت جبکہ عقل یہ دلالت کرے کہ اس کے لڑکے کو اپنی ماں کی اصلی صحت اور قوت کی ضرورت ہے لیکن بچہ کی پرورش کی ضرورت کو محسوس کر کے اگر ماں کے غذائی اجزاء کی طرف کمی کو جاری رکھا جاوے تو قدرتی طور پر ماں کی صحت میں بھی کمی آ جاوے گی۔ اس لئے ماں پر یہ بڑی بھاری ذمہ داری عاید ہوتی ہے کہ وہ



مسز ایڈورڈسن بچہ ہونے سے پہلے

سب سے اعلیٰ اور نشو و نما کرنے والی مناسب مقدار میں صحت اور قوت کو بڑھانے والی غذا کی دے اور جہاں تک ہماری عقل جا سکتی ہے ہمیں مذکورہ بالا خوراک ماں کو مہیا کرنے کا ہر طرح بندوبست کرنا چاہئے۔ یہ معمولی سمجھ کی بات ہے اس میں کوئی بڑی سائنس کی ضرورت نہیں ہے۔

مذکورہ بالا باتوں سے ہم یہ نتیجہ نکالتے ہیں عام طور پر تندرست مضبوط ماں کی صورت میں یہ ممکن نہیں ہے کہ ہم اس کی خوراک کے تغیر و تبدل سے بچے کی جسامت میں کوئی خاص تغیر و تبدل کر سکیں۔

اس لئے پیدائش کے وقت بچے کا ڈیل ڈول عام حالتوں میں موروثی اجزا کے مطابق ہوتا ہے نہ کہ خوراک یا کسی خاص پرورش کے زیر اثر ہوتا ہے چونکہ یہ بالکل ممکنات میں سے ہے اور یہ ایسا تصور ہے جو کہ قابل معافی نہیں۔ ان حالات میں قدرتی طور پر مجھے بڑا افسوس اور رنج ہوا کہ بہت سارے لوگوں نے میرے پہلے آرٹیکل کو بڑی لاپرواہی سے پڑھ کر یہ نتیجہ نکال لیا ہے کہ نرم اور ہلکی غذا کھانے کا مطلب دراصل بچے کے ڈیل ڈول اور جسامت کو کم کرنے کے لئے ہے۔ یقیناً اس کا یہ مطلب نہیں تھا اور نہ ہی اس کا ایسا اثر ہوتا ہے۔

اس ہلکی خوراک دینے کا مقصد یہ تھا کہ جہاں تک ہو سکے بچے کی اعلیٰ پرورش کے لئے ایسی خوراک دی جاوے جس میں نشو و نما کرنے والے اجزا کافی مقدار میں ہوں اور حمل کے آخری ماہ میں خاص طور پر ایسی خوراک ہو جو چربی کو کم کرے ایسا کرنے کے مندرجہ ذیل سبب ہیں:۔

(۱) صحت کی بحالی یا عام تندرستی کے لئے ایک موٹے یا بھاری جسم کی بجائے سڈول جسم بہتر ہوتا ہے۔

(۲) دوسرے ایسی حالت میں جبکہ جسم کے اندر ایک نئی زندگی بڑھ رہی ہے زیادہ جگہ کی ضرورت ہے۔ اس حالت میں چربی کی موجودگی قابل اعتراض ہو سکتی ہے۔

(۳) تیسرا مقصد اس چربی کے کم کرنے میں یہ ہے کہ جوں جوں بچہ بڑھتا ہے ویسے ہی ماں کا پیٹ اور کمر کا حصہ زیادہ ابھرا ہوا ہونے سے برا معلوم دیتا ہے۔ لیکن چربی کے کم ہو جانے سے یہ بھی ظاہر نہ ہو کر جائے عورتوں کے لئے کوئی تشویش کا باعث نہیں ہوتا۔ کیونکہ عام طور پر حاملہ عورتیں اپنی اس نئی حالت کو دوسری آنکھوں سے چھپانے کی کوشش کرتی ہیں۔ اخلاقی اور مذہبی آدمی تا قیامت شور مچاتے جاویں کہ ایک حاملہ عورت کو اپنی اس نئی حالت پر شرم نہیں ظاہر کرنی چاہئے۔ لیکن ہماری موجودہ تہذیب کے مطابق عورتیں حمل کو ظاہر کرنے کو بہت برا سمجھتی ہیں۔ بھدے بڑے پیٹ سے سوسائٹی میں پھرنا اچھا نہیں سمجھتیں۔ اس لئے ان کو اس بات میں قدرتی طور پر خوشی ہو گی کہ اس طرح کی خوراک کھانے اور ہدایتوں پر عمل کرنے سے وہ بغیر کسی نقصان کے اپنا مقصد حل کر سکتی ہیں۔ بلکہ اپنی اور اپنے بچے کی صحت اور اس کی حفاظت میں بھی مددگار ہو سکتی ہیں۔

پس ایسی خوراک کا بڑا فائدہ تو عورت کا ایسی حالت میں رہنا ہے جس کو وہ سمجھتی ہیں۔ دوسرے جی متلانا، پیٹ کی خرابیاں (بدہضمی وغیرہ) جو کہ پیٹ کے زچہ سے بالکل بھر جانے اور دباؤ پڑنے سے قدرتی طور پر ظہور ہوتی ہیں۔ ان سے بالکل چھٹکارا ہو جاتا ہے۔ تیسرے پیٹ میں پیدا ہوئی ہوئی قدرتی پھیلاوٹ کی وجہ سے پیٹ کے چمڑے کا جگہ بہ جگہ سے پھٹ جانا اس سے بھی بچاؤ ہو جاتا ہے۔ اس لئے ان تمام فائدوں کو حاصل کرنے کے لئے مذکورہ بالا اپیل کی گئی ہے۔

جب اس طرح کے نیک مشورے پیش کئے گئے تو یہ امید تھی کہ ناظرین ان کو اچھی طرح سے ذہن نشین کر لیں گے۔ اور یہ قدرتی امر تھا کہ چند ایک نے ذرا لاپرواہی برتنے سے ان کو ٹھیک طرح نہیں سمجھا۔ میں نے اپنے پہلے مضمون میں یہ صاف طور پر لکھ دیا تھا کہ کس طرح سے مسز ہیسٹنگز (Mrs. Hastings) جو کہ ایک چھوٹی سی عورت ہے ایک کاروباری دفتر میں اپنا کام بدستور سابق بچہ جننے کے ایک دن پہلے تک کرتی رہی اور اس کے ساتھ کام کرنے والے ساتھیوں کو بالکل معلوم تک نہ ہوا۔ لیکن میری اس صاف بیانی کے باوجود بھی کئی عورتوں نے لکھا کہ وہ بڑی دُبلی پتلی ہیں۔ اور ان کا حاملہ پن بھی ظاہر ہے۔ اس لئے وہ ایسی خوراک کھانے کا مشورہ چاہتی ہیں جو کہ ان کی حالت کو ظاہر نہ ہونے دے۔

مگر میں کوئی جادوگر نہیں بلکہ سائنس دان ہوں۔ اور سائنس دان کی حیثیت میں میں جادو وغیرہ کا معتقد نہیں ہوں۔ ایک بچہ جو کہ پیدا ہو چکا ہے یا پیدا ہونے والا ہے ایک ہستی کی شکل میں موجود ہے۔ غائب جنات میں ہونے والے عجوبوں کی طرح ہم زبان کے حکم سے اس کو غائب یا ضائع نہیں کر سکتے ہیں۔ اس عورت کے لئے جو کہ درمیانی وقت سے گزر چکی ہے اور ساتھ ہی دُبلی پتلی ہے۔ اس کی اس حالت کو چھپانے کے لئے میں کوئی مشورہ نہیں دے سکتا۔ میں صرف اتنا ہی کہہ سکتا ہوں کہ اعلیٰ خوراک کا جس کا میں نے پہلے ذکر کیا ہے عمل سے استعمال شروع کیا جاوے۔ وہ عورت جو کہ جسمانی طور پر درمیانہ حالت میں ہے نہ بہت موٹی اور نہ ہی بہت پتلی۔ وہ بچہ جننے کے لئے ایک اچھی حالت میں ہے اس کو بچہ جننے وغیرہ کی تشویشوں سے بالکل نہیں ڈرنا چاہئے۔ لیکن یہاں پر اس کے لئے میں کوئی خاص پیغام نہیں دے سکتا ہوں۔ ان کے لئے جو کہ حاملہ پن کے درمیانی وقفہ تک پہنچ چکی ہیں اور ذرا چربی کی زیادتی سے وزن میں زیادہ ہیں انہیں کے لئے یہ خوش خبری ہے۔ مجھے ایک اعتراض ہو سکتا ہے کہ میں موٹے پن کی وکالت کرتا ہوں۔ درحالیکہ اس کے برخلاف پہلے لکھ چکا ہوں یہ ساری حقیقت ایک چاندنی کے اندر چھپا رہا ہوں کہ کسی عورت کو بھی اپنی اس حاملہ پن کی حالت سے شرمندہ نہیں ہونا چاہئے۔

لیکن یہ مردوں کا اعتراض ہے اور بہت کم عورتیں ایسا اعتراض کریں گی۔ میں اس کا یہی جواب دینا چاہتا ہوں کہ جس بات کو عام طور پر بُرا سمجھا جاتا ہے۔ میں اس کی کبھی بھی حوصلہ افزائی نہیں کرنا چاہتا۔ اصلیت یہ ہے کہ بہت کم ایسی عورتیں دیکھنے میں آتی ہیں۔ جو کہ ایک مستور یا جسمانی تربیت دینے والے کی نظروں میں اپنے اعضاء اور جسم کی مناسبت کو ظاہر کر سکیں جو کہ ایک زنانہ جسم میں خوبی کے طور پر نمایاں ہونا چاہئے جس کے خیال سے ہم عورت کو مرد سے کچھ موٹا ہو جانے پر بُرا خیال نہیں کرتے ہیں۔ عورت کا کچھ بھرا ہوا ہونا ہی اچھا ہے۔ علم حیات کی رُو سے عورت [illegible] موٹا ہونے [illegible] قدرت نے ہی [illegible] اصل [illegible] ایسی رکھی ہے جو کہ اس کے حاملہ ہونے [illegible] بچہ جننے

کے وقفہ میں بھی ایک بیرونی خرابیوں اور کھنچاؤ کا نی یہ بچاؤ کی صورت بنی رہتی ہے۔ جنگلی جانور میں کسی قحط کے زمانوں میں اسی چربی نے بچے کو بچایا ہے۔ کیونکہ اگر جنین کی پرورش کے دوران میں قحط پڑ گیا ہو تو چربی کے ہونے سے ماں مدت بخوبی کاٹ لیتی ہے اور بچے کی بھی ساتھ ساتھ پرورش ہوتی رہتی ہے۔ چربی ایک پیدا کی ہوئی خوراک کے طور پر کام نہیں دیتی۔ البتہ ماں اور بچے کو گرانی وغیرہ سے بچا سکتی ہے اور جس کے نہ ہونے سے ممکن ہے کہ اس کے جسمانی ریشوں کا کوئی حصہ اس عمل کی سر انجام دہی میں خرچ ہو جاتا جیسا کہ انڈے دینے والا جانور اور انڈے سے دینے والی مرغی کی چربی اپنی نسل کے سلسلہ کو قائم رکھنے والی غرض کو پورا کرتی ہے۔

لیکن اس تہذیب کے زمانے میں کسی عورت کو اپنے بچے کی پرورش کے لئے اس طرح سے چربی اکٹھی کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ کیونکہ یقینی اور حسب مرضی منفعت بخش غذا کے مہیا کرنے کے لئے اور کئی طریقے ہیں۔ لیکن اگر اس سنجیدہ مشکل سے ایک [illegible] پہلے کوئی عورت موٹا ہونے کو لگے والی رکاوٹوں کو دور کر کے خوب تر و تازہ اور موٹی ہو جاتی ہے۔ یعنی اس کے اصلی جسم کے علاوہ سے قریباً دس یا بیس پونڈ چربی زیادہ بڑھ جاتی ہے اور اگر حمل کے اخیر چار یا پانچ ماہ میں وہ اس چربی کو زائل کر دیتی ہے۔ تو وہ کسی قدرتی قانون یا طریقے کی خلاف ورزی نہیں کرتی ہے بلکہ قانون قدرت کی اس چالاکی کی مناسب طریقے پر استعمال کرتی ہے۔ اس طرح اس چربی کے کم ہونے پر اس کی جگہ ہونے والے بچے کی نشوونما سے بڑھے ہوئے ریشے اور دیگر اعضا اس خالی جگہ کو گھیر لیتے ہیں۔ اور نہ ہی صرف ارد گرد کے پڑوسی بلکہ قدرت خود بھی شادمانی سے تعجب کا اظہار کرتی ہے۔

چربی کے پہلے اکٹھے کئے ہوئے ذخیرے پر گذارا کرنے اور اس کے بطور ایندھن کام آنے سے قوت ہاضمہ کا کام اس آزمائش کے وقت میں کسی قدر ہلکا پڑ جاتا ہے۔ نرم اور ہلکی خوراک پر نہ ہی صرف اعضاء ہاضمہ کو کم کام کرنا پڑتا ہے۔ بلکہ ان کی مقدار بھی کسی قدر ہلکی ہو جاتی ہے۔ اس امر واقعہ سے اور پیٹ والی چربی کی مقدار کم ہونے سے قدرتی طور پر وہ مختلف ساختوں کا جھگڑا بالکل نہیں ہونے پاتا۔ جو کہ بدصورتی وغیرہ دوران حمل دردوں۔ بیماریوں جی متلانا اور دیگر عوارض کا باعث ہو کر بچے کی حمل میں ہونے والی ترقی کے لئے ایک روک ثابت ہوتا ہے۔

میں قصداً یہ بات اُن عورتوں کے لئے لکھ رہا ہوں جو کہ اپنے وزن کو ذرا زیادہ بڑھا جاتی ہیں۔ اور ان کو خوش قسمتی کی اطلاع دینا چاہتا ہوں۔ جبکہ اس وزن اور چربی کی کمی ان کے لئے دو مفید مطلب حل کر سکتی ہے۔ لیکن یہ ضروری ہے کہ ایسی بات کو حل کرنے کے لئے ایک خاص حالت پیدا کی جاوے۔ جیسا کہ میرے ایک مراسلہ نویس کا تجربہ ہے۔ یہ خوش قسمت ماں مجھ سے درخواست کرتی ہے کہ میں اس کے حسب نسب کو ظاہر نہ کروں لیکن اس کے خط میں مندرج ضروری حصے یہاں دیئے جاتے ہیں۔

مائی ڈیر مسز ہیسٹنگز!

جب میں نے حمل کے دوسرے مہینے میں تمہارا خط وصول کیا۔ اس وقت بلحاظ گوشت پوست میں بہت دبلی پتلی ہو گئی تھی تم نے یہ صاف طور پر لکھ دیا تھا کہ مسز ہیسٹنگز کی خوراک میری حالت کے بالکل موافق نہیں ہوگی۔ لیکن ایک تندرست اور صحت بخش بچہ جننے کیلئے میں نے [illegible] مستقل ارادہ کر لیا تھا چاہے ابھی مجھے [illegible] مکروہات میں [illegible] پڑنے لگے [illegible] گئے ہیں۔ [illegible] ایسی چیز کا استعمال کیا جو کہ میری حالت کے مطابق [illegible] نشوونما دینے والی [illegible] ہو [illegible] میرے جسم کو مضبوط کرنے والی ہو۔ ہوائی تبدیلی کیلئے میں سمندر کے کنارے بھی گئی اور آرام وغیرہ کرنے کے بعد میں نے پیدل ہوا خوری بھی شروع کر دی۔ پہلے میں آدھے میل کے اندر ہی تھک جاتی تھی لیکن چند ماہ کے بعد میں چار یا پانچ میل تک چل سکتی تھی۔ اس عرصے میں میرا گوشت پوست بڑھ کر میری جسمانی حالت اچھی اور تسلی بخش ہو گئی۔ تب حاملہ ہونے کے چار ماہ بعد میں نے خاص خوراک شروع کی۔ ملائی کو نکالکر دودھ ڈھائی سیر کے قریب روزانہ دودھ پیتی تھی۔ دو انڈے۔ سبزیات۔ مغز اور پھل کافی مقدار میں اور گوشت و کھانڈ کی بالکل بندش رکھی تھی۔

باقاعدہ عرصے میں میری شکل کے اندر مطلق کوئی تبدیلی نہ ہوئی حمل کے آخری ایک ماہ میں میں نے ایک ڈھیلی پوشاک کی مدد سے اپنے دوستوں اور پڑوسیوں سے اپنی حالت کو بالکل چھپائے رکھا۔ میرے چند ان دوستوں کو بھی جو کہ میرے ساتھ بچے کے پیدا ہونے سے چند روز پہلے موجود تھے اس کے متعلق بالکل علم نہیں تھا۔ کسی ایک نے شک کیا۔ لیکن اس خیال سے کہ میری یہ حالت ابھی شروع ہوئی ہے بچا سکے کہ اس کو اس حالت کے قریب الاختتام ہونے کا خیال ہو۔ جب میرے بچہ پیدا [illegible]

میں اس مسئلہ پر صرف ایک ہی رائے زنی کرنا چاہتا ہوں اور وہ یہ ہے کہ مذکورہ بالا خط کے اندر لیڈی نے جس خوراک کا ذکر کیا ہے۔ اس میں مغزیات کا استعمال ٹھیک نہیں ہے۔ شاذ و نادر استعمال کئے جا سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ مفید



تصویر متعلقہ مضمون

آٹے کی تمام اشیاء کی سخت ممانعت ہے۔ ہاں ایسی روٹی جس میں گندم کے تمام جز شامل ہوں۔ استعمال کی جا سکتی ہے۔ اس سے زیادہ بہتر بھوسی کی روٹی ہو گی جو کہ قبض ہونے کی صورت میں بھی بڑی مفید اور کارآمد ثابت ہو گی لیکن یہ اتنی مقدار میں ہونی چاہئیے۔ کہ اس سے قبض وغیرہ بخوبی رفع ہو جاوے۔

میرے پاس ایک اور عورت کا واقعہ ہے جو کہ کیلے فورنیا کے گرم علاقے میں ہے اُس خوراک کے متعلق نہیں لکھتی۔ جو کہ میں نے تجویز کی تھی بلکہ بجنسہ ایک اور ڈاکٹر کی تجویز کی ہوئی خوراک کا تجربہ لکھتی ہے۔ جس کے استعمال پر بڑی پابندی لگائی گئی تھی۔ وُہ لکھتی ہے کہ شروع میں وُہ تجویز شدہ خوراک میرے لئے بہت سخت تھی۔ کیونکہ میں بہت پیٹ بھر کر کھانے والی تھی۔ لیکن ڈاکٹر نے مجھے یہ امر واضح کر دیا کہ چھوٹا بچہ ہونے سے تمہاری حالت زیادہ بہتر ہو گی۔ بہ نسبت اس کے کہ بڑی جسامت کا بچہ ہو۔ اس خیال سے کہ حاملہ عورتیں بڑی نرم مزاج اور نازک ہو جاتی ہیں میری صحت کی تنومندی اور تندرستی دیکھ کر ذرا عجیب جاتی تھی جب شروع میں ڈاکٹر نے مجھے خوراک بتائی۔ تو مجھے ایسا معلوم ہوا کہ فاقہ کشی کر رہی ہوں اور اصلیت یہ تھی کہ میں نے کبھی بھی اپنے آپ کو اس حالت سے بہتر نہیں پایا تھا۔ میرے خاوند اور دیگر رشتہ داروں نے مجھے کمزور دیکھ کر مریض سمجھ لیا۔ لیکن میں نے اپنے پروگرام پر برابر عمل جاری رکھا۔ میں ڈاکٹر کے پاس کبھی کبھی ایک چکر لگا آتی تھی۔ اور وُہ مجھے کہہ دیتا تھا کہ میں بڑی عمدہ طرح سے ترقی کر رہی ہوں بڑی دُور تک میں تفریح کی غرض سے جھُولوں پر چلی چلی جاتی اور باغ وغیرہ میں کام کرتی رہتی تھی اس طرح سے میں بڑی تندرست اور سرخ و سفید معلوم ہونے لگ پڑی۔ اب میں تمہارے اس آرٹیکل کو جو کہ خوراک اور چھوٹے بچے کی پیدائش سے ہے۔ مدد کرتی ہوں۔ تم خیال کرو کہ میرے تعجب کی کوئی حد نہ رہی۔ جب کہ ڈاکٹر نے مجھے چپ چاپ بتایا کہ میرے بس ایک سال کے عرصے میں بچّہ جننے کے دوران میں تمہارا بچہ سب سے وزنی

ہے پونڈ ہے۔ تاہم میں خوراک کی خصوصیت کے متعلق یقین رکھتی ہوں کہ اس سے میری صحت سو فیصدی ہی اچھی ہو گئی اور ساتھ ہی بچہ بھی بہت عمدہ طرح سے بڑھتا ہوا سب سے مضبوط اور اعلےٰ ڈیل ڈول والا پیدا ہوا۔"

مجھے اس خط کے اقتباس دینے سے بڑی خوشی ہوتی ہے۔ کیونکہ یہ خط بہت سارے معاملے پر روشنی ڈالتا ہے۔ اوّل یہ کہ کیلے فورنیا میں لائق ڈاکٹر ہوتے ہیں۔ دوئم لوگ اس بات پر زور دیں گے کہ تمام خوراک وغیرہ کی پابندیاں فاقہ کشی کے ہی مصداق ہیں۔ اور حاملہ ہونے کے دَوران میں خاص خوراک وغیرہ کی تجویز چھوٹے بچے پیدا کرنے کے لئے ہوتی ہے مجھے وُہ ڈاکٹر خود بخود ہنستا ہوا معلوم دیتا ہے جبکہ اس نے خوش قسمت ماں کو بتلایا کہ اس سال صرف اسی کے ہاں سب سے بڑا بچہ پیدا ہوا ہے کیونکہ اس نے تو اصل مقصد کو چھپا کر خوراک وغیرہ کی خاص پابندی چھوٹا بچہ پیدا کرنے کے لئے لگائی تھی۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ ڈاکٹر کو پہلے ہی سے معلوم تھا کہ وہ کیا کر رہا ہے اور چونکہ اُس کا اپنا مطلب حل ہو گیا اس لئے وُہ اس چالاکی کے لئے ہی قابل الزام نہیں ہے +

ان سب رپورٹوں میں جو خاص بات توجہ کے قابل ہوتی ہے وُہ یہ ہے کہ سب عورتیں بیان کرتی ہیں۔ کہ بچے تو ان کے تندرست و بڑے پیدا ہوئے مگر ان کا حمل ان کے پڑوسیوں کو بھی معلوم نہ ہوا۔ مسز ایف۔ جے اینڈرسن کی خط و کتابت سے میں مندرجہ ذیل اقتباس دیتا ہوں۔

"منسلکہ تصویر بچہ پیدا ہونے سے پہلے لی گئی ہے۔ میں نے مسز ہیسٹنگز کی دی ہوئی خوراک پر عمل شروع کیا ہوا تھا جیسا کہ دوسری تصویر سے ظاہر ہے۔ اس پابندی کے نتیجہ کے متعلق میری بڑی تسلی ہو گئی۔ میرا وزن ایک سو پچیس پونڈ تھا۔ اور میں نے اپنی عمر میں پہلے کبھی بھی اپنے آپ کو اتنا تندرست نہیں پایا۔ اپنا کام کاج میں ہر طرح سے انجام دیتی رہی۔ اس میں خاص قابل ذکر بات یہ تھی کہ میں اپنے شہر کی گلیوں میں بڑی آزادی سے جاتی رہی اور لوگ میری طرف بالکل متوجہ نہیں ہوتے تھے۔ جیسے کہ میرے پہلے بچوں کے حمل ہونے پر کیا کرتے تھے اور حاملہ ہونے پر حمل کی پوشاک بنوانے کے لئے بھی میرا کچھ خرچ نہیں آیا۔"

"میں اپنے کاروباری کاموں میں مصروف رہتی ہوں۔ ایک کپڑا سلانے والی مشین کی جماعت کو پڑھاتی اور پیانو وغیرہ بجانے سے تین ہفتہ پہلے میں ایک مجلس تفریح میں باجہ بجاتی رہی اور اگر ان کو معلوم ہوتا کہ بچہ کی پیدائش اتنی نزدیک ہے تو وُہ مجھے ایسا کام کرنے کے لئے کبھی نہ کہتے۔"

میری خوراک (Rye Salad ...)

نارنگیاں۔ ٹماٹر۔ دودھ بلا ملائی۔ تھوڑی سی کھانڈ۔ ترکاریاں۔ پھل وغیرہ وغیرہ آلو سے بالکل پرہیز اور گوشت کا بہت کم استعمال ان پر مشتمل تھی۔ میرے لئے پہلے پہل یہ بڑا مشکل تھا کہ صبح سویرے بغیر کچھ کھائے پئے اپنے عیال اطفال کے کپڑے وغیرہ صاف کروں اور پھر سارے کنبہ کے لئے کھانا پکاؤں اور آخر میں جا کر کچھ معمولی طور پر خود نوش کروں لیکن یہ تکلیف اس لئے تھی کہ پہلے بہت کافی خوراک کھاتی تھی۔ کچھ عرصے کے بعد میں نے محسوس کیا کہ مجھے مقررہ خوراک سے کچھ زیادہ ضرورت نہیں ہے مسز ایڈورڈسن بڑے آسانی سے بچہ پیدا ہونے کے واقعہ کو لکھتی ہے اور ساتھ ہی اس بات کی اعزازی کرتی ہے کہ اس سے پہلے بھی تین بچے ہو چکے ہیں اور ان حالتوں کو بھی اچھی طرح دیکھ چکی ہے بیشک بچہ بالکل کامل اور تندرست تھا قریباً ۸ پونڈ وزن تھا۔ اور ہمارے عزیز و اقارب دُور و نزدیک سے سب اس کو دیکھنے کے لئے آئے تھے۔ اور بڑے تعجب اور حیرانگی سے دیکھ کر کہنے لگے کہ وہ کتنا بڑا بچہ ہے۔ اس عورت کے پہلے تمام بچوں کی پرورش بوتل کے ذریعے ہی ہوئی تھی۔ لیکن یہ پہلا لڑکا تھا جس کو ماں خود دودھ پلانے کے لائق ہوئی تھی۔ جیسا کہ بچے کی پرورش ہونی لازمی ہے۔

مذکورہ بالا آرٹیکل پریس میں بھیجنے سے پہلے مجھے مسز ایڈورڈسن کا ایک اور خط ملا ہے اُسکے ساتھ نو ماہ کی عمر والے بچے بچی کی بھی تصویر ہے اب اس کی عمر گیارہ ماہ ہے۔ چھ دانت ہیں اور وزن میں ۲۱ پونڈ کے لگ بھگ ہے۔ دیگر بچوں سے بھی بالکل مختلف ہے۔ اس ...

بچہ پیدائش کے وقت گیارہ پونڈ تھا۔ لیکن ایک سال کے عرصہ میں صرف ۱۲ پونڈ بڑھا۔ اور دانت ایک بھی نہیں نکلا۔ پانچ ڈاکٹروں نے اس کے مرنے کا فتویٰ دے دیا تھا اور چار نے اس کے لئے کچھ بھی کرنے کی کوشش نہ کی۔ ایک نے اس کے لئے دوائی دی جو کہ ایک وقت میں ایک قطرہ ایک چمچہ پانی کے ساتھ دیجاتی تھی۔

مجھے اس کی زیست کے متعلق کوئی زیادہ امید نہیں تھی حتیٰ کہ میں نے خوراک کے آخر پر تمہارے چند مضامین پڑھے اس سے پہلے ہم خوراک کے متعلق کوئی خاص وقعت نہیں دیتے تھے بلکہ پیٹ بھرنے کی بات کرتے تھے اور بچوں کی جو مرضی ہوتی تھی وہی کھاتے تھے۔ اب میں چھوٹے بچے کو بالکل کوئی دوائی نہیں دیتی ہوں۔ عموماً اس کو دودھ اور پھل وغیرہ دیتی ہوں۔ بجائے اس کے وہ بستر میں پڑا رہے جیسا کہ ڈاکٹروں نے کہا ہے۔ وہ سردیوں میں برف پر کھیلتا رہتا ہے۔ اور موسم بہار میں ریت کے ڈھیروں سے جی بہلاتا ہے۔ چند دن گزرے ایک ہمسائی دایہ اس کو دیکھنے کے لئے آئی تھی اور کہنے لگی۔ "معلوم ہوتا ہے تم ڈاکٹر کی رائے کے مطابق ٹھیک عمل کرتی ہو۔ اس کو دن میں دو دفعہ نہلا کر اور باہر بہت کثرت نہیں کرواتی ہوگی۔ اسی لئے یہ بڑا اچھا معلوم دیتا ہے۔" چھوٹی بیٹی نے آج تک کبھی دوائی کا ذائقہ نہیں دیکھا۔ اور نہ ہی اس کو کبھی ضرورت پڑی ہے۔ وہ ٹماٹر اور نارنگیاں کھاتی ہے۔"

بچہ کی پیدائش کے بعد اس کی خوراک کا مسئلہ اس بات کی دلالت کرتا ہے۔ کہ اس کو کسی دیگر آرٹیکل میں مفصل طور پر لکھا جاوے۔ لیکن مناسب نشوونما کے متعلق بھی وہی اصول برتے جاتے ہیں۔ جو کہ عام طور پر دیکھنے میں آتے ہیں۔ لیکن اس پرورش کی حالت میں ماں کو بچانے کی کوشش نشوونما کے ٹھیک اصول کی [illegible] ہے۔ ہمیشہ غذا کی خاصیت پر زیادہ غور کیا جاتا ہے لیکن جسم کے کمزور یا موٹا ہونے پر اسی کے [illegible] غذا کی مقدار کو بھی خیال رکھنا شروع ہوتا ہے۔ میں اب اس رپورٹ کو ایک اور [illegible] دیگر بند کر دونگا۔ جو کہ امریکہ میں رہنے والی ایک ماں کا خط ہے۔

ڈیر مسٹر ہیسٹنگز!

میں نے تب تک آرٹیکل "بچہ" کے متعلق نہیں پڑھا تھا جب تک کہ میرے بچہ نہیں ہوا تھا۔ چونکہ وہ ایک مضبوط ۱۱ پونڈ کا لڑکا تھا۔ اس لئے تم خیال کر سکتے ہو۔ کہ اس کے پیدا ہونے سے پہلے میری وضع قطع ایک پری کی طرح نازک نہیں تھی تاہم بچے کی پرورش کے دوران میں میں نے تمہارے آرٹیکل کا فائدہ اٹھایا میں نے اپنے بچے کی دس ماہ تک پرورش کی۔۔ اور وہ ہر طرح نشوونما کے کامل ثابت ہو کر میرے لئے انعام کا Prize Baby تھا۔ اس کے علاوہ مجھے اکثر سر درد کی شکایت رہا کرتی تھی۔ جی میں گرانی سی معلوم دیتی تھی۔ کیونکہ میرے ہاضمہ کے اعضا ٹھیک کام نہیں کرتے تھے۔

میں نے اپنے دل میں کہا کہ ایسا کبھی نہیں ہوگا کیونکہ میں بھی مسٹر ہیسٹنگز کی طرح اس بات کی خواہشمند تھی کہ میں اپنی حالت کو بہتر کروں اور اپنی صحت کو جو کہ اس وقت کمزور سی تھی درست کر کے نئی ترقی کی تجویز کروں۔ اس وقت میں نے تمہارا آرٹیکل پڑھا۔ جبکہ میں اپنا گھر کا کام کاج کرنے کے قابل بھی نہیں تھی۔ علمی کام کے متعلق تو ذکر ہی نہیں۔ میں ہر وقت اپنے آپ کو بیمار محسوس کرتی تھی۔ مجھے یقین ہو گیا کہ اگر میں خود اپنے آپ کو غور نہیں کر سکتی ہوں۔ تو میرے بزرگوں کے دماغ بھی مجھے اچھا ہونے میں کس طرح مدد نہیں دے سکتے ہیں میں نے تمہارے تمام آرٹیکل کو بڑے غور اور توجہ سے پڑھا خاص کر جو خوراک اور [illegible] کے متعلق مضمون تھا اور اب میں محسوس کرتی ہوں کہ میں اپنی جسمانی حالت کو اس خوراک کے ذریعے جو میں کھاتی ہوں ٹھیک رکھ سکتی ہوں۔ میں اپنے آپ کو آگے سے بہت ہی بہتر محسوس کرتی ہوں جیسے کہ میں اپنی ساری عمر میں کبھی نہیں تھی۔ میں اپنے گھر کا کام کاج سارا خود اپنے ہاتھوں سے کرتی ہوں اس میں سارے کنبہ کے کپڑے دھونے اور ان کو استری کرنے کا کام بھی شامل ہے۔ اور ہر روز مجھے علاوہ کئی گھنٹے کسی اپنی مرضی کے دیگر کام کرنے کے لئے بچ رہتے ہیں۔

میری خوراک بہت حد تک سوئٹزرلینڈ کے دہقانوں کی طرح تھی جو کہ ۹۰ برس یا اس سے زیادہ عمر کے لئے مشہور ہیں۔ اس میں دودھ کی کافی مقدار۔ انڈے پنیر۔ مکھن۔ روٹی (بغیر چھلکا نکالے ہوئے) پھل کافی مقدار میں۔ دیگر سبزیات۔ ترکاری وغیرہ گریاں تھوڑی سی مچھلی اور گوشت کی بہت تھوڑی مقدار شامل تھی۔ یہ ایک عام زبان زد خلائق رائے ہے کہ حاملہ عورتوں کو ترش اشیاء کا بالکل استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ لیکن ذاتی طور پر میری رائے اس کے بالکل برخلاف ہے۔ اور میرے خیال میں یہ ایک غلطی ہے اپنے بچے کی پرورش کے دوران میں لیمونیڈ میرے لئے ایک نعمت غیر مترقبہ تھی۔ اسی سر درد کی شکایت جو مجھے اکثر اوقات ہو جاتی تھی۔ میرا دودھ سخت ہو جانے کی وجہ سے بچے کے لئے ہضم کرنا مشکل ہو گیا تھا۔ لیکن لیمونیڈ کے استعمال سے اب میرا دودھ اچھا رہتا ہے۔ میں تمہارے آرٹیکل کے لئے ممنون احسان ہوں کیونکہ اس سے میں ٹھیک راستے پر پڑ گئی۔ نہیں تو میرا یہ خیال دن بدن ترقی پا رہا تھا کہ ماں کا فرض ادا کرنے سے مجھے اب ہمیشہ کے لئے ایک گندہ اور احمقانہ زندگی بسر کرنی پڑے گی۔"

دماغ کی مضبوطی

آپ بنیاد کے بغیر کسی مکان کی تعمیر نہیں کر سکتے ہیں اسی طرح آپ اعصابی قوت اور پٹھوں کی طاقت کے بغیر دماغ کی طاقت کو پیدا نہیں کر سکتے ہیں۔ ایک اعلیٰ دماغ کو ایک مضبوط جسم کی ضرورت ہے تاکہ وہ مضبوط جسم اس کی دماغی مصروفیتوں میں اس کو ہر طرح سے مدد دینے والا ایک پشت بن سکے۔ اکثر کمزور جسم والوں کے بڑے اعلیٰ دماغ بھی ہوئے ہیں۔ لیکن ان کی کوششوں میں کئی رکاوٹیں پیدا ہوتی رہیں۔ گو وہ رکاوٹیں ان کے ارادوں کو مضبوط کرنے کا باعث ہوئیں اور انہوں نے ناموافق حالات میں بھی بڑے بڑے کام کئے۔ مہاتما گاندھی کے ساتھ اعلیٰ دماغ کے ساتھ اگر مضبوط شریر یعنی جسم بھی ہوتا تو یقیناً وہ بہت زیادہ کام کر کے دیتے اور بلکہ اپنی مصروفیتوں کو بہت بڑھا سکتے۔

جسمانی تکالیف ہمیشہ خیالات کو ذرا برانگیختہ کر دینے والے ہوتے ہیں۔ آپ کی تکالیف دماغی کام کو زیادہ متحرک کرتی ہیں۔

بیماری کا خوف بالکل نہیں رہیگا۔ بیمار کے لئے ہر دو دو گھنٹہ کے بعد دو دو گولیاں دودھ یا پانی کے ساتھ کھلاتے رہو۔ اگر بیماری شروع ہوتے ہی بیمار کو یہ گولیاں دینی شروع کر دی جائیں تو ۱۰۰ میں سے ۹۷ بیمار ضرور راضی ہو جاتے ہیں اور یہی ایک گولی یا دو گولیاں گائے کے پیشاب۔ سرکہ شراب یا پانی میں گھسکر گرم کر کے گلٹی پر لیپ کریں اور گرم سینک کرتے رہیں تو نہایت مفید ثابت ہونگی۔

(۱۲) بیمار کی صرف گلٹی پر ہی احتیاط سے تیل بھلاتوہ لگائیں۔

(۱۳) آک یعنی مدار کے پتر کھوٹ کر تلوں کے تیل (میٹھا تیل) میں اچھی طرح گرم کر کے گلٹی پر باندھکر سینک دیں۔

(۱۴) لہسن یعنی تھوم مٹی کے تیل میں گھوٹ کر گلٹی پر لگانا نہایت مفید ہے۔

(۱۵) کچلہ شراب یا پانی میں گھسکر گلٹی پر لیپ کرنا بھی نہایت مفید ہے۔

(۱۶) کوار گندل کا گودا گھی یا تیل میں اچھی طرح گرم کر کے گلٹی پر باندھکر سینک دیتے رہیں۔

(۱۷) دھتورے کی جڑ۔ پتر وغیرہ گھوٹ کر گرم کر کے گلٹی پر باندھکر سینک دیں۔

(دیناناتھ بھائی موہن سنگھ وید اینڈ سنز ملتان)

ایک ضروری اعلان

آل انڈیا ویدک اینڈ یونانی طبی کانفرنس نے سالہائے گذشتہ میں جس قدر اسناد و تمغہ جات مختلف وید و اطبا کے لئے مختلف امور پر منظور کئے تھے وہ اعلان کے مطابق امسال کانفرنس کے چودھویں اجلاس کے موقع پر تقسیم کئے گئے تھے۔ اور جو حضرات کسی مجبوری کے باعث شرکت اجلاس سے محروم رہے اُن کی خدمت میں بذریعہ ڈاک روانہ کر دیے گئے مگر ان میں کچھ اسناد و تمغے ایسے بھی ہیں جو پتہ درست نہ ہونے کے باعث دفتر کانفرنس میں واپس آ گئے۔ اور کچھ ایسے ہیں جن کے پانے والوں کا پتہ مکمل دفتر میں موجود نہیں ہے یا بعض اصحاب کا ان میں سے انتقال ہو گیا ہے۔ پس اُن اصحاب کے اسمار گرامی اس غرض سے ذیل میں درج کئے جاتے ہیں کہ وہ اصحاب بذات خود یا جن کا انتقال ہو گیا ہے۔ اُن کے ورثا براہ کرم اپنے درست پتہ سے دفتر کانفرنس کو بہت جلد مطلع فرمادیں۔ تاکہ اُن کے سند و تمغہ بذریعہ ڈاک ارسال کر دیے جائیں۔

(۱) فہرست اُن اصحاب کی جن کے تمغہ جات کی روانگی کے لئے مکمل پتہ مطلوب ہے۔

(۱) حکیم محمد اکرم غلام دستگیر صاحب چھاؤنی ملتان ۱۹۱۳ء بر تالیف کتاب خود اختیاری در بیان امراض شباب۔

(۲) حکیم محمد اسمٰعیل صاحب صوفی امرتسر ۱۹۱۳ء ہچکی بند کرنے کا آلہ ایجاد کرنے پر۔

(۳) حکیم محمد اصلح صاحب مارہرہ ضلع ایٹہ ۱۹۱۳ء بر تالیف رسالہ چیچک۔

(۴) پنڈت پربھو دیال صاحب شرما وید آگرہ ۱۹۱۳ء بر مضمون تشریح حمل۔

(۵) مدریداس دھرما رکھا اوشدھالیہ کراچی ۱۹۱۹ء آلات دوا سازی و جڑی بوٹیاں کتب نمائش میں بھیجنے پر۔

(۶) لندن ہیرس کمپنی بندر روڈ کراچی ۱۹۱۹ء عمدگی ساخت اشیاء و عمدہ پیکنگ پر۔

(۷) پنڈت سورج پرشاد صاحب حیدرآباد دکن ۱۹۲۲ء بر مضمون آیورویدک کی فضیلت۔

(۸) پنڈت سدرشن صاحب وید حیدرآباد دکن ۱۹۲۱ء بر مضمون ام الصبیان۔

(۹) پنڈت رام کرشن صاحب شولاپور ۱۹۲۱ء بر مضمون دیسی دواؤں کی فضیلت۔

(۱۰) مسٹر فردوسی طبیہ کالج دہلی ۱۹۲۳ء دستی تیار کی ہوئی اعلیٰ تشریحی تصاویر بھیجنے پر۔

(۲) اسمار گرامی اُن حضرات کے جن کے لئے تمغہ منظور ہوا۔ لیکن وہ اس دار فانی سے رحلت فرما چکے ہیں۔ اُن کے ورثا کا پتہ درکار ہے۔

(۱) حکیم سید احمد حسین صاحب مدیر رسالہ الشفا کوئٹہ ۱۹۱۵ء چار متفرق مختلف مضامین پر۔

(۲) حکیم خدا بخش صاحب سندھی ملتان ۱۹۱۶ء علمی طبی نقشہ جات پر۔

(۳) حکیم مولوی عبدالرحمٰن خانصاحب باجوڑ ریاست رام پور ۱۹۱۸ء بر مضمون جواز استعمال کشتہ جات۔

(۴) حکیم محمد عباد اللہ صاحب ٹونک ۱۹۱۸ء بر مضمون دیسی طبوں کی ترقی کے وسائل۔

(۵) پنڈت شیودت صاحب وید حیدرآباد دکن ۱۹۲۲ء بر مضمون طب قدیم و جدید کا سائنٹیفک مقابلہ۔

(۳) اسمار گرامی ان اصحاب کے جن کے لئے سند منظور کی گئی ہیں۔

(۱) حکیم بہاری لعل صاحب متھرا ۱۹۱۳ء عمدہ طریق یادداشت ادویہ پر۔

(۲) سنت دوده بہاری لعل صاحب وید کانپور ۱۹۱۴ء عمدہ جڑی بوٹیوں کے بھیجنے پر۔

(۳) کنور لچھمن سنگھ صاحب رئیس میرٹھ ۱۹۱۴ء بوٹی کے ذریعہ تیار کیا ہوا کشتہ پارہ و گولی پارہ۔

(۴) پنڈت برج راج صاحب وید دہلوی درشنی دروازہ ۱۹۱۶ء بر کتاب جوہر چکتسا اردو۔

(۵) پنڈت نرسنگھ دت صاحب وید دہلی ۱۹۱۶ء بر کتاب ختیرو دیکا۔

(۶) پنڈت ٹیکا دت صاحب ستی گنج ریاست رام پور ۱۹۱۴ء دواؤں کے ستھرا پن اور صفائی پر۔

(۷) حکیم حشمت علی صاحب حکیم حاذق میڈیکل پریکٹیشنر پرانی انارکلی لاہور ۱۹۱۷ء کتاب کیمیائے جدید معروف بہ دوا سازی۔

(۸) جرار حسین صاحب طالب علم طبیہ کالج دہلی ۱۹۱۷ء ایک عمدہ تشریحی نقشہ تیار کرنے پر۔

خاکسار
(حکیم) امیر سنگھ جوائنٹ سیکرٹری

تین مجرب نسخے

یہ نسخہ جات ملاحظہ فرما کر فائدہ عام کے واسطے درج اخبار دیش اپکارک کریں جو کہ مجرب بتلائے ہے۔ تیل مالش گنٹھیا۔ دوجوڑ۔ لقرس۔ فالج کا۔ شنگرف رومی ۱ تولہ۔ غنچہ عشر یعنی پھول آک جو کھلے نہ ہوں ۲ تولہ۔ جوزماثل یعنی تخم دھتورہ ۹ ماشہ۔ افیون ۲ ماشہ۔ نارجیل کھوپہ گری آتولہ کو جلا اتولہ۔ روغن کنجد ڈیڑھ پاؤ۔ سب ادویہ کو تیل میں ڈالکر جلالیں سیاہ کرلیں اور گھوٹ لیں کسی اچھی شیشی میں نگاہ رکھیں اور بروقت کام میں لاویں۔

(۲) تریاق درد عصا یعنی اوڑھاسیٹی کا نسخہ اسطوخودوس ۲ ... بزرہم ماشہ۔ کالی مرچ ۷ عدد ایک پڑیہ کرکے رات ... کو منہ کے تلے دوبار کھے اور کونڈرا ڈرڈ ... چارپائی تلے رکھے۔ علی الصبح پیشتر طلوع آفتاب کے اٹھ کر چھٹانک پانی میں بغیر نمک مصری کے پی جاو۔ پہلے ذرا سی مصری منہ میں ڈال لے۔ اسی طرح تین روز کرنے سے بالکل آرام ہوجاتا ہے۔

(۳) کان درد دبکھنی آدک کو محبس ... رالہ بیلی کو ... کی ذرا سی کان میں ڈالکر اوپر سے روغن بلسین یا سرکہ دو تین قطرے ڈال دیں دو بار کرنے سے بھی آرام ہوجاتا ہے۔

سوالات ضروری معہ جوابات

اس صفحہ میں وُہ سوالات درج ہوتے ہیں جن کے درج ہونیکے واسطے ہر ایک ٹکٹ فی سوال ساتھ آویں (ایڈیٹر)

(۲۱) ہم کو اپنی بنائی ہوئی دواؤں کی رجسٹری کروانی ہے سو کس جگہ ہوگی۔ کس پتے پر اور دوا بھی بھیجنی پڑے گی۔ کیا دوا کا نسخہ بھی جتلانا پڑیگا
(شب لال شو پوری۔ گوالیار)

جواب – اپنی ریاست یعنی گوالیار کے رجسٹریشن ڈپارٹمنٹ سے خط و کتابت کریں۔ رجسٹری کے لئے نہ دوا بھیجنے کی ضرورت ہے نہ نسخہ کی +

(۲۲) کیا کوئی ایسی کتاب انگریزی میں ہے جس میں تمام انگریزی پیٹنٹ ادویات کے نام قیمت اور اُن کے فائدے اور استعمال کرنے کی ترکیب خوراک وغیرہ سب کچھ درج ہو۔ کتاب کے مصنف کا نام قیمت اور ملنے کا پتہ تحریر فرماویں۔ ایک کتاب لنڈن کی برٹش میڈیکل ایسوسی ایشن نے شائع کی تھی وُہ کہاں تک درست ہے۔ اگر اس سے مطلب پورا ہوتا ہو تو اس کا نام اور ملنے کا پتہ تحریر فرماویں مشکور ہونگا۔
(خریدار اخبار عـــ ۱۳۶۸)

جواب – ایسی کتاب موجود ہے۔ دو جلدوں میں ملتی ہے Secret Remedies اور More Secret Remedies اور ٹھیکر سپنک اینڈ کو کلکتہ ٹھیکر سپنک اینڈ کو بمبئی سے مل جاوے گی +

(۲۳) میرے ایک رشتہ دار کے سر میں درد ماہ جیٹھ سمت ۸۲ اٹھا ہے۔ اس کی حقیقت یہ طرح ہے کہ سر کے دائیں حصہ میں درد پڑتا ہے شروع میں دائیں آنکھ کے اوپر سے درد شروع ہوتا ہے۔ اور تھوڑا تھوڑا درد ہونے لگتا ہے۔ آخر کار درد بمقدار زور کا اٹھ جایا کرتا ہے کہ طبیعت پریشان اور دل الہوان ہو جایا کرتا ہے۔ دوران درد میں بھوک بند نیند پیاس بڑھ جایا کرتی ہے۔ اور قبض ہر وقت رہتی ہے۔ ہزاروں انگریزی و دیسی علاج کئے ہیں کوئی آفاقہ نہیں ہوا۔ ماتھے کا خون نکلوایا گیا تھا مگر ایک قطرہ بھی خون کا نہ نکلا تھا اور لاہور میں اگر بھی کئی ڈاکٹروں کا علاج کیا تھا۔ انہوں نے فرمایا تھا کہ نہ پانی ہے اور نہ دماغ میں پھوڑا ہے اور نہ کیڑا ہے۔ فقط دماغی کمزوری ہے جو عینک لگانے سے دور ہو جاوے گی۔ آج عینک کو لگائے تین ماہ ہو گئے ہیں۔ اور کچھ دوائی سفید انہوں نے دی تھی۔ کھا رہا ہوں چند دن آرام آگیا تھا مگر اب بڑی درد اور تکلیف ہے۔ آپ مہربانی کر کے اس بیماری کا نسخہ درج فرماویں۔ لاہور سے واپس آنے کے بعد دوران درد میں پھر ماتھے کا خون نکلوایا تھا جو کہ تھوڑا سا نکلا تھا اور چند دن آرام آگیا تھا +
(خریدار اخبار عـــ ۱۶۶۲)

جواب – درد سر اور آدھا سیسی کو مفید ہے خواب آور و مقوی دماغ ہے رومی سافیون۔ اجوائن خراسانی۔ لادن۔ کافور۔ زعفران۔ پوست بیخ تفاح ہر واحد ۱۰ ماشہ۔ کندر۔ انزروت۔ گیرو ہر واحد ۷ ماشہ۔ کوٹ چھان کر گلاب اکا ہو کے پانی میں گوندھ کر گولیاں بناویں اور بوقت حاجت درد سر گرم میں لیموں کے پانی یا سرکہ یا سبز دھنیا کے پانی سے پیس کر طلا کریں اور سرد درد سرد میں دو نامرتا کے پانی میں پیس کر ماتھے اور کنپٹیوں پر ضماد کریں یہ بوقت درد کیا جاوے اور علاج کے واسطے زنجبیل زبانی ایک تولہ۔ بادام روغن ایک تولہ رات کو گرم دودھ سے کھلایا کریں یہ کچھ مدت تک ہر چوتھے دن جاری رکھنا چاہیئے۔

(۲۴) میں نے پندرہ برس اپنے ہاتھ سے اپنا ستیاناس کیا۔ اب اس لائق نہیں رہا کہ اولاد کا منہ دیکھ سکوں۔ جو کچھ کہ اس بد عادت کے نتیجے میں بھگت رہا ہوں۔ ادھر میں آہیں مارتا ہوں اُدھر میری دھرم پتنی۔ کوئی ایسا نسخہ تحریر کریں صاحب اولاد بننے کے لائق ہوں اور کل شکایات رفع ہوں۔ سقائی نقائص بھی ہیں +
(خریدار اخبار عـــ ۲۳۱۷)

جواب – آپ کے لئے یہ نسخہ مفید ہوگا اگر موافق آوے تو کم از کم چالیس روز تک کھاویں اور پرہیز رکھیں۔ پھلی ببول بغیر مغز کے سایہ میں خشک کی ہوئی ۶ ماشہ۔ لعاب چھر ۲ ماشہ۔ کھانڈ دیسی ۱ تولہ سب کو علیحدہ علیحدہ پیس کر بڑ کے دودھ میں تر کرے۔ کم سے کم ۳ دفعہ تر و خشک کرے اور ایک ایک ماشہ کی گولیاں بنا دے خوراک ۲ گولی صبح دودھ سے کھاویں۔ جماع سے پرہیز سوائے چوری کے کچھ نہ کھاویں۔ نامرد کو مرد بنانے کی طاقت رکھتی ہے۔ دودھ جس سے دوائی کھائی جاوے اس میں ۳ ماشہ گوند چھوہارہ پوٹلی میں باندھ کر گرم کرتے وقت لٹکانی چاہیئے اور سرد ہونے کے بعد مل چھان لینا چاہیئے۔ اور لگانے کے واسطے روغن مال کنگنی ۱ تولہ۔ روغن دار چینی ۱ تولہ۔ روغن لونگ ۱ تولہ ملا کر رکھیں اور بدستور مالش کیا کریں +

(۲۵) عرصہ ۳ سال سے جناب کی دوائیں استعمال کر رہا ہوں بہ نسبت پہلے کے بہت توانا ہے خوراک خوب ہضم ہوتی ہے۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ آپ کی دوائیاں لاجواب ہیں مگر اب باقی ماندہ شکایات کو بھی دور کرنے کی نوازش کریں۔ کسی طلا کی آپ رائے دیں جس سے کجی دور ہو سکتی و فربہی ہو نسیں اپنا کام کریں۔ احتلام کو فرق ہے۔ ابھی تک سیا نہیں ہوا کہ خواب ہو کر احتلام ہو یا کچھ بھی رکاوٹ ہو۔ بعد احتلام کپڑے پر سخت داغ دھبا کر پڑتا ہے ایسی معلوم ہوتا ہے۔ پیشاب اکثر معمول سے زیادہ ہوتا ہے یعنی ۳ سے ۴ بار رات میں اور ۳ سے ۴ بار دن میں یادداشت بہت کمزور ہے کوئی دوا تجویز فرماویں۔

بواسیر۔ بواسیر خونی ہے کبھی کبھی بادی بھی ہو جاتی ہے۔ کانچ نکلا کرتی ہے۔ یہ عرصہ دراز سے ہے اس کا بھی علاج ضروری ہے۔ دوائی زیادہ تر پنجی بنائی کارخانہ کی تجویز کریں۔ اور تحریر کریں کہ یہ مرض جڑ سے آرام ہو سکتا ہے یا نہیں۔ اور وُہ دوا اگر ایسی ہوں تو اور بھی اچھا کہ مندرجہ بالا تمام امراض کو ایک ہی مفید ہو ورنہ فرداً فرداً سہی۔ بازاری بھی ہوں تو مضائقہ نہیں مگر سہل الحصول ہوں۔
(خریدار اخبار عـــ ۱۳۲۹)

جواب – برائے احتلام۔ پچھلے سوال کے جواب میں جو نسخہ دیا ہے وُہی استعمال کریں آرام ہوگا۔

طلاء – بیخ کنیر سفید۔ تخم کتانی کلاں ۶ تولہ کو پیس لیں اور عضو پر طلا کریں۔ تھوڑی دیر تک برگ پان سے لپیٹ دیں۔ **بواسیر** – اس کے لئے کارخانہ

(۲۶) میرے پاس چند دوا ئیں موجود ہے اور مختلف کتابوں میں اس سے کر د طرح بننے کے لئے مختلف وزن ہیں۔ کسی میں ہر چیز کا وزن زیادہ

کسی میں کم ہے ۔ جینیدر سار سنگرہ میں اور رسائن سار میں جُدا جُدا ہیں ۔ آپ سے پرارتھنا ہے کہ چیزیں چند ودیہ میں رس کس وزن سے ڈالے جاویں کہ اس کے فوائد اکسیر مثل ۱۵ جیسے ہو جاویں ؎

(خریدار اخبار ۲۱۲۵)

جواب ۔ جینیدر اودیے رس جینیدر سار سنگرہ کے مطابق بنا کر اس کے اتو سار دیگر اشیاء ملا کر صحیح بنائیں ۔ رس راج مثل کا نسخہ بھی ٹھیک ہے ؎

(۲۷) برائے مہربانی مرض مراق کا کوئی نسخہ جو مجرب اور سہل ہو جسیغہ سوالات ضروری معہ جواب درج اخبار دیش اپکارک فرما کر مشکور فرماویں ۔ اور پرہیز وغیرہ کے متعلق ضروری اصول ہوں وُہ بھی تحریر فرماویں ؎

(خریدار اخبار ۱۸۳۶۸)

جواب ۔ آپ نسخہ ذیل استعمال کریں ۔ مصطگی رومی ۔ عود غرقی ۔ گاؤزبان ۔ گل گاؤزبان ابریشم ۔ پوست ترنج ۔ طباشیر ۔ دانہ ہیل ۔ درونج عقربی ہر واحد ۷ ماشہ ۔ یشب سبز ۔ کہربا شمعی زہر مہرہ ہر واحد ۵ ماشہ ۔ مربہ ہلیلہ ۔ مربہ آملہ ہر ایک ۵ عدد ۔ مویز منقی ۲ تولہ ۔ آب انار شیریں ۱۰ تولہ ۔ آب سیب ۱۰ تولہ ۔ عرق گاؤزبان ۔ عرق کیوڑہ ۔ عرق بید مشک ۔ عرق گلاب ہر ایک ۵ تولہ ۔ قند دو چند ادویہ بدستور معجون بنائیں ۔ خوراک صبح و شام ایک ایک تولہ ؎

(۲۸) میرے ایک دوست کی والدہ صاحبہ جن کی عمر ۵۴ سال کی ہے جن کو بیوہ ہوئے عرصہ ۵ سال ہوئے ہیں اُن کو عرصہ ۲½ سال سے ذیل کا مرض دامنگیر ہے ۔ اول حالات یہ تھے کہ بچہ دانی مقام پیشاب گاہ سے باہر نکلی ہوئی تھی اور پیشاب بدستور آتا تھا ۔ اور اس پر سوجن تھی ۔ اگر وُہ اپنے ہاتھ سے اُس کو جسم کے اندر کر دیتی تھی تو وُہ اندر ہو جاتی تھی ۔ جب پیشاب وغیرہ جاتا ہوتی تھی تو پھر باہر آجاتی تھی ۔ اور کسی قسم کی تکلیف نہ تھی ۔ اب عرصہ ایک ماہ ہو گیا ہے کہ وُہ بچہ دانی جسم کے اندر نہیں ہوتی ہے اور اگر جبراً اندر کیا جاوے تو جسم میں آگ کی مانند گرمی پھونک دیتی ہے اور جلن ہوتی ہے اور سوجن بھی آگے سے زیادہ ہے اور خراب ۔ پانی بھی ٹپکتا رہتا ہے بدن جسم بالکل کمزور ناتوان ہو گیا ہے ۔ بھوک بھی زیادہ لگتی ہے اور کبھی بالکل نہیں ۔ اور عرصہ چھ ماہ سے ایام ماہواری بھی بالکل بند ہے ۔

(۲) نسخہ درکار ہے واسطے تمباکو کے یعنی وُہ ادویات لکھی جاویں جن کو کوٹ کر ملانے سے تمباکو کے زہر کا اثر نہ ہو اور زہر دُور ہو جاوے اور تمباکو کا پینے میں ذائقہ بھی خراب نہ ہو ۔ اور یہ ادویات ہر جگہ ہر موسم میں مل سکیں ؎

(۳) ایک نسخہ بال صفا تیل یا پوڈر کا درکار ہے ۔ جس کے لگاتار ایک ہفتہ کے استعمال سے بال اگر پھر نہ پیدا ہوں ۔ مشکور ہونگا ۔

(خریدار اخبار ۲۱۵۹۰)

جواب ۔ (۱) اوّل آپ نیم گرم پانی میں نمک [illegible] زیتون کے تیل سے اچھی طرح سے [illegible] دوریں [illegible] کے زور سے اندر کریں [illegible] جاویں کہ وہاں رہے اور [illegible] روئی کی گدی باندھ دیں اور چارپائی [illegible] رہیں ہرگز ہرگز نہ اٹھنے دیں ۔ پیشاب [illegible] بھی پڑی پڑی کریں ۔ کھانے کو [illegible] کشتہ مرجان دیویں جو کہ عورت کو بھی [illegible] اور ایسا عمل پے درپے کرنے سے بچہ دانی اپنی جگہ پر آجاوے گی مگر آپ ضرور کسی لائق دایہ سے مشورہ لیں ۔ یہ عمل بھی تو دایہ ہی کر سکیگی دھرن کو اپنے مقام پر قائم کر کے سواجیت و کشتہ مرجان کھلانا و آرام کرانا بھی علاج کا گر ہے

(۲) تمباکو کی مضرت دُور نہیں ہو سکتی ہے کچھ کمی ہو جاوے گی مندرجہ ذیل طریقہ سے بنالیں ایک سیر تمباکو لیکر باریک کریں ۔ پھر اُس میں ڈیوڑھا وزن شدہ یعنی راب ملا کر خوب ملا دیں ۔ اور اس قدر کوٹیں کہ ہیجان ہو جاوے ۔ بعدہٗ چھڑ لیں ۔ ناگرموتھا ۔ کپور کچری ۔ برادہ صندل و نمک ۔ الائچی ہموزن جس کا وزن ایک ایک تولہ ہو کوٹ چھان کر ملا دویں اور استعمال کریں ۔

(۳) بالوں کو موچنے سے اُکھاڑ کر لعاب اسبغول میں تھوڑا اتنک شیشہ ۔ گجیدانیوں پھکر لیپ کر دیں ۔ یہ لیپ روزانہ لگاتے رہیں ۔ چار پانچ دن کے بعد جب اُگ آویں ۔ پھر اُکھاڑ کر ویسے ہی لیپ شروع کریں ۔ چند بار کے استعمال سے بال اُگنے بند ہو سکتے ہیں

(۲۹) ہماری والدہ صاحبہ جن کی عمر ۶۰ سال کے قریب ہے وُہ ہر سال بھادوں یا کنوار میں تپ لرزہ سخت بیمار ہو جاتی ہیں اور اُن کو ہر روز تپ بلکہ ایک ایک ماہ تک تواتر فاقہ ہو جایا کرتے ہیں ۔ تپ بخار اُن کو بالکل قریب المرگ کر دیتا ہے اس وقت چھوڑتا ہے ۔ علامات بخار یہ ہیں کہ اوّل روز تک بخار تیسرے دن والا جس کو تریا کہتے ہیں وہ آتا ہے بعد ہفت عشرہ کے روزانہ بخار آنے لگتا ہے ۔ اور بخار تیزی سے آتا ہے اور جس وقت تک بخار اترتا نہیں ہے بالکل نہیں ہوتا ہے اس وقت تک بالکل بیہوش چارپائی پر پڑی رہتی ہیں ۔ اور دوا دینے پر بھی ہوش نہیں ہوتا ہے ۔ اگر دس دس بارہ بارہ گھنٹہ تک ہوش نہیں رہتا ہے ۔ حالت بخار میں تھے و دست شروع ہو جاتے ہیں ۔ اور پیاس بہت لگتی ہے ۔ [illegible] جو پانی پیتی ہیں وُہ فوراً قے و دست کے ذریعہ نکل جاتا ہے ۔ مزاج گرم ہے کوئی گرم دوا یا کڑوی مثل کونین وغیرہ ہضم نہیں ہوتی ہے ۔ فوراً قے ہو کر نکل جاتی ہے ۔ ٹھنڈی دوا اُن کے مزاج کے موافق آتی ہے ۔ میرے خیال میں پت کے نہ دست میں فرق نکل جاتا ہے ۔ لیکن میں اپنے خیال کو بہت صحیح نہیں کہہ سکتا ممکن ہے کہ اور کسی قسم کا بخار ہو ۔ لہٰذا دیش اپکارک اس قسم کے بخار کا کوئی مجرب اور آسان نسخہ درج اخبار فرماویں عنایت ہو گی ۔

(۲) کوئی آیورویدک کا ایسا مجرب نسخہ درج اخبار فرماویں جو تردوش ناشک ہو اور ہر قسم کے بخار کے لئے مفید ہو ۔ بلکہ ہر قسم کے سنپات روگ کو بھی دُور کر سکے ؎

(خریدار اخبار ۱۱۲۱)

جواب ۔ یہ تو یہ بخار ملیریا ہی معلوم ہوتا ہے اس واسطے شدت سے ہوتا ہے ۔ اگر آپ اُنکو بخار کے دنوں سے پہلے کسی پہاڑی مقام پر لیجا سکیں تو شاید بہتر ہو ۔

ست گلو ۔ طباشیر ۔ الائچی دانہ ۔ کشتہ سنگ جراحت ۔ کشتہ زہر مہرہ خطائی اور کونین برابر وزن تیار کر کے ڈیڑھ ماشہ ہر روز شربت بنفشہ و عرق نیلوفر سے بخار آنے سے قریب ایک ماہ اوّل سے ہر صبح کھلانا شروع کر دیں ۔ تو اُمید ہے کہ آرام ہو ۔ اگر بخار شروع ہو جاوے تب بھی یہی دوائی جاری رہے ؎

(ویدیشر)

جوابات عام

جو نمبر سوال کا ہوتا ہے وہی اس کے جواب کا ہوتا ہے۔ ان کے سوالات پچھلے پرچوں میں درج ہو چکے ہیں ۔ (ایڈیٹر)

بجواب سوال ۱ ۔ مرتیونجے رس کے کئی نسخے ہیں۔ ایک نسخہ یہاں لکھا جاتا ہے :۔

موتی ان بندھ۔ طباشیر۔ دار چینی۔ جاوتری۔ زنجبیل۔ سونٹھ۔ مرچ سیاہ۔ پیپل۔ الائچی کلاں۔ کتھ سفید۔ لونگ۔ کیکر ہر واحد ایک ایک ماشہ۔ بچھناگ ۲ ماشہ۔ شنگرف ۴ ماشہ۔ سنکھیا سفید ۲ رتی۔ کافور دیسی ۴ رتی۔ سب کو پان یا ادرک کے رس میں یا صرف سونٹھ کے پانی سے کھرل کر کے آدھی رتی کی گولیاں بناویں۔ خوراک ایک گولی سے ۴ گولی تک پانی یا دودھ سے بعد غذا۔ تمام قسم کے بخاروں کے لئے اکسیر ہے۔

مہان مرتیونجے رس۔ پارہ شدھ ایک تولہ۔ سنکھیا شدھ ایک تولہ۔ سیسہ شدھ ایک تولہ۔ گندھک شدھ ایک تولہ۔ پہلے سیسہ کو گلا کر اس میں تولہ بھر پارہ ملا دیں۔ پیچھے ٹھنڈا کر کے دونوں کو کھرل میں گھوٹیں۔ جب باریک ہو جاوے تب اس میں گندھک ڈال کر کجلی کریں۔ پھر سنکھیا کا چورن ڈال کر چترا کے رس میں ۲ دن کھرل کریں۔ گاڑھا چیپی سا ہو جاوے تو بہت باریک ایک تولہ سونے کے پترا سی چیپی کے ارد گرد لپیٹ دیوے۔ پھر اس کو چاولوں میں بند کر کے اس کے اوپر ایک کپروٹی کر کے سکھا لیویں۔ پھر ایک ہانڈی میں رکھ کر اور بند کرے اور چار انگل بالو بھر دے اور لوہے کی کٹوری سے ڈھک دیوے پھر اس کٹوری کا منہ چکنی مٹی سے بند کر دیوے۔ پھر چولھے پر چڑھا کر ایک پہر نرم آنچ دویں۔ جب خود بخود سرد ہو جاوے تب اتار لیوے۔ اس میں پارہ کی بھسم نکال کر تولے جتنی بھسم تول میں ہو وے اس کا چوتھا حصہ شدھ سنکھیا ڈالے اگر چار حصہ پارہ کی بھسم اور سونے کے ورق ہوں تو ان کے برابر جلد شدہ موتی ڈالے اور سنکھیا کے برابر ایک حصہ گندھک ڈالے ۔ دو دن چترے کے رس میں گھوٹیں جب گاڑھا ہو جاوے تو پھر سونے کے ورق پیچھے لپیٹ کر کوزہ گلی میں رس کپروٹی کرے پیچھے ہانڈی میں رکھ کر چار انگل بالو بچھا دے پھر لوہے کی کٹوری سے پہلے کی طرح منہ بند کرے اور دو پہر آنچ دیوے دیگر یہ بھی یاد رہے کہ ایسا موٹا برتن بھی نہ لیجئے جس میں بالکل آنچ نہ لگے۔ اور ایسا پتلا بھی نہ ہو وے جو رس بالکل بگڑ جاوے) جب خود بخود سرد ہو جاوے تو نکال کر شیشی میں بھر رکھے حسب طاقت ایک رتی سے ۲ رتی تک دیوے۔ بخاروں اور بہت سی امراض کو مفید ہے۔

مرتیونجے رس کا ایک اور آسان نسخہ بھی لکھا جاتا ہے :۔

شدھ پارہ دھیلہ بھر۔ شنگرف دھیلہ بھر۔ شدھ جمالگوٹہ کے بیج دھیلہ بھر۔ تینوں کو بھنگرے کے رس میں دو دن گھوٹے پھر سونٹھ کے رس میں دو دن گھوٹے اور ادرک کے رس کی بارہ پٹھ دیوے پھر بقدر ایک رتی گولیاں بنا دیں۔ ایک گولی ۴ رتی مصری کے ساتھ کھانے کو دیوے تو بخار دور ہو۔ اگر اس کے کھانے سے گرمی معلوم ہو تو چھاچھ اور بھات کھانے کو دیوے۔

بجواب سوال ۸ ۔ چون پراش اولیہ چند ماہ تک کھلانا چاہئے۔ نسخہ اخبار میں کئی بار دیا ہے بنا بنایا بھی کارخانہ امرت دھارا سے منگوا سکتے ہیں۔

(۲) امرت دھارا ۳۱ / مئی تک ۱/۲ قیمت پر فروخت ہو رہی ہے۔ اس موقعہ کا ضرور فائدہ اٹھایا ہوگا۔ چورن بنانا ہے تو وہی بنائیں جو کہ سوال ۱ کے جواب میں پیچھے لکھا ہے۔

بجواب سوال ۹ (۱۳ / مئی) اسا د جسم پر داد

گل روغن ۲ تولہ۔ سرکہ ۱ تولہ۔ روغن تارپین ۱ تولہ۔ کافور ۳ ماشہ۔ سب کو ملا کر دن کو کسی وقت سارے جسم پر اچھی طرح مالش کریں۔ بعد ایک آدھ گھنٹہ کے گو بر بیسن کا تمام جسم پر مل کر غسل کر لیں۔ ایسے چند دن کریں۔

بجواب سوال ۱۰ ضعف بصر کیلئے مفید ہے

اول بقدر ۳ تولہ سرمہ سیاہ کی ڈلی لیکر لیموں میں بھر دیں ۴ روز کے بعد نکال لیں اور دوسرے میں بھر دیں اسی طرح چار روز عمل کریں۔ بعد ازاں کھرل میں ڈالکر خوب باریک پیس لیں۔ سرمہ سا ہونے پر زعفران ۳ ماشہ مرچ سیاہ ۸ عدد۔ چوال ہلدی ۳ ماشہ۔ سب کو عرق لیموں ایک بوتل میں ۳ روز کھرل کریں پھر عرق گلاب ایک بوتل میں ۳ روز کھرل کریں پھر ایک بوتل آب برگ شرمبہ (سرس) میں کھرل کریں۔ جب سب جذب ہو جاوے تو خشک کر کے رات کو سلائی سے ڈالیں۔

بجواب سوال ۱۱ اشوک ارشٹ

سدھ ہنچ رتناولی کا نسخہ ہے۔ اشوک ۵ سیر لے کر ۶۴ سیر پانی میں پکا دے۔ جب ۱۶ سیر رہ جاوے تو اتار کر مل چھان لیں اور اس میں ۱۰ سیر گڑ ملا دیں اور دھاوے کے پھول خوب کوٹ کر کے ۶۴ تولہ ملا دیں اور ساتھ ہی مندرجہ ذیل ادویہ باریک کر کے زیرہ سیاہ۔ ناگر موتھا۔ سونٹھ۔ دار ہلدی۔ کنول۔ ترپھلہ گٹھلی آم۔ زیرہ سفید۔ بانسہ۔ دارو (سرس) ہر واحد ۴ تولہ ان سب کو مٹی کے برتن میں ڈالکر ایک ماہ تک رکھے پھر نکالکر چھان لیوے اور بوتل میں رکھے خوراک ۲ تولہ۔

بجواب سوال ۱۲ یہ نسخہ استعمال کریں

جڑ کنیر سفید ۲ ماشہ۔ خراطین ۲ ماشہ۔ بیر بہوٹی ۲ ماشہ۔ جوز بوا ۳ عدد۔ جاوتری ۲ ماشہ۔ لونگ ۲ ماشہ۔ مرچ مالکنگنی ۱۰ ماشہ۔ کستوری ۲ ماشہ۔ چربی سانڈہ ۲ ماشہ۔ زعفران ۴ ماشہ۔ چربی شیر ۲ ماشہ چربی ریچھ ۲ ماشہ۔ روغن قرنفل ۴ تولہ۔ کوٹ چھان کر روغن قرنفل میں حل کر کے طلا کیا کریں زیادہ خوشبو کے واسطے ۲ ماشہ عطر موتیا اس میں علاوہ اضافہ کریں۔

(۲) اوپر کے نسخہ میں مغز جمالگوٹہ ایک تولہ اضافہ کریں۔

بجواب سوال ۱۳ زکام و کھانسی۔ آپ یہ نسخہ استعمال کریں مرچ سیاہ۔ اجوائن۔ مرچ سفید ہر واحد ۴ ماشہ۔ افیون ۱۰ ماشہ۔ زعفران ۵ ماشہ۔ عقرقرحا۔ سنبل الطیب۔ فرفیون ہر واحد ایک ماشہ باریک کر کے پاؤ بھر شہد میں معجون بنائیں اور چینی کے برتن یا مٹکے کے اندر رکھیں۔ مقدار خوراک ایک ماشہ۔ بڑے عمر کے جوان اس سے کم و بیش کر سکتے ہیں۔

(۱۴) تیل برائے درد ہائے ہر قسم

دردوں کے لئے مالکنگنی کا تیل از حد مفید ہے مالش بھی کریں اور دودھ میں ایک ماشہ ڈالکر پئیں۔ بنارس تیل کا نسخہ ہم کو معلوم نہیں ہم نے کبھی دیکھا نہیں ممکن ہے چیل کا تیل ہو۔ یہی تیل کئی لوگ پیچھے پھرتے ہیں۔

سوالات عام

جو نمبر سوال کا ہوتا ہے وہی اسکے جواب کا ہوتا ہے۔ سوالوں کے جوابات اگلے پرچوں میں شایع ہونگے۔ (ایڈیٹر)

(۲۹) قریباً ایک برس سے میرے پیٹ کی نابھی میں ایک پھنسی ہوئی تھی۔ پھر آہستہ آہستہ دو ہوئیں اسی طرح اب تین ہو گئی ہیں۔ اور یہ پھنسیاں ٹھیک نابھی کے اندر ہیں اور نابھی کے اوپر کسی طرح کا داغ وغیرہ نظر نہیں آتا ہے۔ سوا ان پھنسیوں سے پہلے کبھی کبھی پانی نکلتا تھا۔ مگر اب جس وقت خارش ہوتی ہے تو انگلی لگانے سے فوراً بدبو رکیہ نکلتی رہتی ہے سو مہربانی کرکے دیش اپکارک اخبار میں کوئی اچھی سی دوائی تجویز کرکے شایع فرما دیں اور دوائی کم خرچ ہووے اور ہر ایک گاؤں میں مل سکے۔

(خریدار اخبار ع ۲۲۳۴)

(۳۰) (ا) کسی قسم کی سخت کڑوی گولیوں کو میٹھا کرنے کے واسطے ان گولیوں پر کھانڈ چڑھانے کی ترکیب کیا ہے۔

(ب) کوئی اعلیٰ درجہ کا جلاب کا نسخہ مع اوزان لکھیں جو از قسم باریک گولیوں کے ہو۔ ایک دو گولیاں کھانے سے اچھا جلاب لگ جاوے اور تکلیف وغیرہ بھی نہ ہو۔

(خریدار اخبار ع ۲۰۹۷)

(۳۱) مرچی بوٹی کہاں ہوتی ہے اور شکل کیا ہے اور اصلی نام دیسی کیا ہے۔

(۲) کشتہ تانبہ سفید وزن میں پورا۔ یارہ دوش اس کی ترکیب تحریر کریں۔

(خریدار اخبار ع ۱۹۷۶)

(۳۲) (ا) وقت مقاربت نطفہ قرار کی شناخت کیا ہے۔

(ب) رنگ و ڈھنگ و علامت برق کیا ہے۔

(از طرف وید حکیم رامچند روشن)

(۳۳) سیالکوٹی کاغذ کہاں سے ملتے ہیں نکی جل اور کونسی قسم کا کاغذ نہیں ڈالا جا سکتا ہے کیا وہ کاغذات جو عطاتہائے میں ردی ہوئے استعمال ہوتے ہیں وہ ہی کام میں لائے جا سکتے ہیں یا کہ نہیں؟

(۲) تخم جنز - تخم جنتری - تخم صعتر کیا ایک ہی چیز ہے اور کہاں سے مل سکتی ہے۔ پنساریوں کے یہاں سے ملنی محال ہے۔ وہ اس کو جو پنجی جو کہ عام طور پر فصل خریف کے کھیتوں میں ہوتی ہے ظاہر فرماتے ہیں۔

(خریدار اخبار ع ۱۱۵۳)

(۳۴) اس وقت میری عمر ۲۰ سال کی ہے اور میری کیفیت یہ ہے کہ آٹھ سال کی عمر میں میرے ماں باپ مر گئے تھے اور ہم ایک عورت کے سپرد تھے۔ میں سکول میں پڑھتا رہا اور سنہ ۱۹۲۰ء میں سکول کو چھوڑ کر اپنے گھر کے کام میں داخل ہوا اور میں رات دن پڑھنے میں لگا رہتا۔ آیورویدک اور یونانی کتب کی رات دن کی پڑھائی اور دیگر دنیاوی کام کی وجہ سے اب ایک سال سے دماغ اس قدر کمزور ہو گیا ہے کہ رات کی بات دن کو یاد نہیں رہتی اور جس وقت اٹھتا ہوں تو سر میں چکر سا آ جاتا ہے اور منی پتلی پڑ گئی ہے۔ شادی ہو چکی ہے اور نشہ کسی قسم کا نہیں کھاتا ہوں۔ بد فعلی کوئی نہیں کرتا ہوں اور کام کو دل نہیں چاہتا۔ اس لئے آپ کو تکلیف دی جاتی ہے کہ کوئی مجرب نسخہ تجویز فرماویں۔

(خریدار اخبار ع ۸۸۲)

(۳۵) (ا) ایک ایسا نسخہ دیش اپکارک میں تحریر فرماویں جس کے لگانے سے ہاتھ کی ہتھیلی میں بھی بال پیدا ہو جاویں۔

(ب) روغن دہن سول کا نسخہ لکھیں جو پرسوت کی بیماری میں فائدہ مند ہو۔

(ج) اور ایک ایسے سُرمہ کے نسخہ کی ضرورت ہے جو کہ آنکھ میں پانی آنا۔ دھندلا پن نظر آنا اور آنکھ کی کل امراض میں فائدہ مند ہو۔

(د) اور ایک ایسا نسخہ درکار ہے جو بچہ کی آنکھ میں رہ جاتا ہے اس کو آرام کرنے جو دیہاتوں میں بھی دستیاب ہو سکے۔

(ھ) بندہ کو ایک ایسے نسخہ کی ضرورت ہے کہ جو ایک یا دو سال لڑکے کی ماں کے مر جانے سے لڑکے کو بوجہ گرانی غذا ہضم نہ ہوتی ہو اور اس کا پیٹ بڑھ گیا ہو اور پاخانہ بار بار ہوتا ہو اور کبھی کبھی بخار سردی کی وجہ سے ہو ایسا نسخہ تحریر فرماویں جو ارزاں ہو اور دیہاتوں میں دستیاب ہو سکے اور نسخہ سفوف ہو۔

(خریدار اخبار ع ۲۲۴۸)

(۳۶) امرتسر کے ایک سنیاسی نقیر بواسیر کا علاج اس طرح کرتے ہیں کہ بیمار کو ایک دوائی سفید رنگ کی کھلاتے ہیں اور سفید ہی قسم کی دوسری دوائی مسوں پر لگاتے ہیں جس سے اُن کی جڑ کھوکھلی ہو جاتی ہے پھر مسوں کو موچنے سے نکال دیتے ہیں اور مرہم لگاتے رہتے ہیں۔ تیس یا چالیس روپیہ لیکر یہ علاج کرتے ہیں مگر کسی کو دکھلا کر نہ نسخہ لگاتے ہیں نہ کھلاتے ہیں۔ اگر کسی کو اس کا نسخہ یا اسی قسم کا اور نسخہ یاد ہو تو براہ مہربانی درج اخبار فرماویں تا کہ خلق خدا کا فائدہ ہو۔

(خریدار اخبار ع ۱۷۰۳)

(۳۷) مجھے ایک ایسے قبض کشا نسخہ کی ضرورت ہے جس طرح کہ انگریزی میں [illegible] ہے جو کہ خاص مفرد جڑی بوٹیوں سے تیار کیا گیا ہو اور جتنی گولیاں کھلائی جاویں اُتنے ہی دست آویں زیادہ نہ آویں اور تاثیر میں بالکل انگریزی ادویات یعنی - [illegible] pills جیسا ہو۔ خوراک وغیرہ اور مقدار گولیاں بھی دیتی ہو نسخہ آپ کا تجربہ شدہ ہو۔

(۲) ایک ایسا آیورویدک تیل کا نسخہ یا نام لکھیں جو کہ ہر قسم کی سوزش کو رفع کرے اور لگانے سے اور مالش کرنے سے ہر ایک قسم کی سوزش رفع ہو جاوے۔

(خریدار اخبار دیش اپکارک)

(۳۸) مجھے ایسا مرہم بنانا مطلوب ہے کہ ہر قسم کے زخم پر لگایا جاوے اور پھایہ مرہم کا چپک جاوے۔ اور زخم کو بالکل اچھا کرکے اُترے۔

(۲) پنڈت ٹھاکر دت صاحب نے جو علاج بالمفردات تصنیف کی ہے وہ ویدک طریق پر ہے یا یونانی طریق پر مطلع فرمائیگا۔

(۳) میرے ایک دوست کے گال سے اوپر جہاں کہ زیر چشم ہڈی سی اُبھری ہوتی ہے اس کے پاس کوئی ایک سال سے جوار کے برابر زخم ضرور سی ہو گئی ہے قدرے نیلے رنگ پر ہے اکثر آدمی رسولی بتلاتے ہیں کوئی مجرب تیل اس کے واسطے درج اخبار فرمائیے جس کے ملنے سے وہ نشان قطعی جاتا رہے۔ میں از حد مشکور ہوں گا۔

(۴) بھکر دہ کی جائے پیدائش۔ موسم۔ رنگ روپ۔ شناخت وغیرہ مفصل حال اور اس کے دیگر نام سے بھی بذریعہ اخبار مطلع فرما دیں۔

(خریدار اخبار ع ۲۲۰۱)

آپس کی بات چیت

پنڈت کھیم چند صاحب! آیورویدک طب کا طریق علاج جو آپ نے درج کرنا شروع کیا تھا۔ برائے مہربانی اُس کو جاری رکھیں۔

(پنڈت شیو ناتھ شرما)

چرنجی لال پنساری رائے پور رانی کا ضلع انبالہ نراین گڑھ لکھتے ہیں کہ کوئی صاحب بھنگرہ سیاہ ۲۵ تولہ وی پی کر سکتے ہیں تو لکھیں مشکور ہونگا۔

خریدار ۱۰۶۲ع! پروفیسر رام مورتی نے ورزش کے بعد جو ٹھنڈائی پینے کو لکھی ہے اس میں دھنیا ہی رگ ڈالیں جن کو زیادہ ورزش کا ہی خیال ہے پیلوائی کرنی ہے اور خواہشات کو دبانا ہے ورنہ ضرورت نہیں کتاب والا نسخہ اچھا ہے۔ وزن گھٹنے تک ٹھیک کر سکتے ہیں۔ ہر چیز کا وزن تین گنا ہو سکتا ہے۔

میسرز رام داس بھگوان چند! اسی بڑے پنساری سے ادویات مل جاویں گی۔ دوسرے نام ہم کو معلوم ہو جانے چاہئیں۔

وید رتن امی چند جی! کشتہ سیسہ میں ہڑتال کے وزن کو درست کریں۔

بجلی کے علاج کے واسطے کالج ڈیرہ دون میں ہے مگر وہاں گورنمنٹ کے بھیجے ہوئے ڈاکٹر ہی سیکھ سکتے ہیں کالج اور کوئی نہیں ہے۔

گولیاں بنانے کی مشین معمولی کسی ڈاکٹری دکان سے پندرہ بیس روپیہ کو آپ کو مل جائے گی۔

ضرورت

مجھے گوکھگی سفید کی جڑھ آدھ سیر کی ضرورت ہے کوئی صاحب قیمتاً یا محصول ڈاک پر بھیجنے کی تکلیف گوارا کر سکتے ہیں۔

(حکیم موتی رام ماسٹر سیار پور ڈیرہ غازیخان)

قدردان پنڈت جی مہاراج! جناب کے اخبار دیش اپکارک ۱۲ مئی ۱۹۲۶ء زیر عنوان آپس کی بات چیت اپنے متعلق مضمون مطالعہ کیا ہوا۔ عرض ہے کہ ۱۲ جولائی ۱۹۲۲ء صفحہ ۱۳ پر میرے چھپے ہوئے مضمون تجربات کے میدان میں ایک حیرت انگیز راز کا انکشاف کے آخر میں جناب نے نوٹ دیا تھا کہ نسخہ کی ہمیں ضرورت نہیں اس کے بعد مسٹر آر۔ایس داس کی رائے متعلقہ دسمبر ۱۹۲۲ء صفحہ ۱۷ کے نیچے جناب نے پھر نوٹ دیا کہ ہمیں نسخہ کی کوئی ضرورت نہیں۔ اب جناب تحریر فرما رہے ہیں کہ شرط آپ نے ہمارے فائدے کے لئے لگائی ہے ہمیں ایسے فائدے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ تو میرے نسخہ بھیجنے کی کوئی وجہ معلوم نہیں ہوتی۔ معاف کرنا میں نے شروع مضمون کے زیر عنوان پہلے ہی یہ بات درج کر دی تھی کہ ایک طبی اخبار کی جائز خدمات ادا ہو سکتی ہیں اور پھر یہ کہ فن کی ترقی مخصوص ہے۔ اگر میرے مضمون میں یہ خصوصیت پائی جاتی ہے کہ آپ کا بھی فائدہ ہو یا نہ ہو زیادہ تر فن کا فائدہ بھی ملحوظ رکھا گیا ہے۔ اگر آپ کو اس خدمت کی کوئی ضرورت نہیں تو چنداں مضائقہ نہیں۔ ایسا قیمتی نسخہ لکھا ہی کیوں جاوے جبکہ لوگوں نے کافی سے زیادہ شوق ظاہر نہیں کیا۔ آپ کو نسخہ کی ضرورت نہیں ہے اور آپ کو فائدہ کی بھی ضرورت نہیں ہے۔ مگر میں نے کب کہا جس کو ضرورت ہوگی وہ خود ہی طلب کر لیگا۔ میرے پاس رہتا ہوا کچھ تکلیف نہیں دیتا ہے۔ اگر ویسے ہی چھاپ دیا گیا تو پبلک اس کے حقیقی فائدہ سے محروم رہ جاویگی بلکہ اب تو میں ایک اور شرط لگاتا ہوں کہ اگر ہمارے پیارے اور عزیز اخبار دیش اپکارک کے لئے پچاس نئے خریدار پیدا کئے جاویں تو نسخہ مبارک حاضر خدمت ہوگا۔ ورنہ خیر صلا۔ پہلی رعایت آج سے ختم ہوئی۔ خریدار سال سال بھر کے ہونے چاہئیں اور جو صاحب خریدار پیدا کریں اُن کے نام باقاعدہ چھپنے چاہئیں اور پہلی شرط کے مطابق بعد آزمائش بھی وہ دو تین تین نئے خریدار پیدا کریں۔ شرط آپ کے فائدے کیلئے نہیں۔ نسخہ نئے آدمیوں کے ہاتھ میں اس قدر مفید ہو چہ پہنچنے سے اُن کا کس قدر بھلا ہو سکتا ہے۔

(آتما رام شرما خاندانی معالج چھبی ہسپتال لاہور)

خبریں

مدراس میں گرمی کی شدت سے اموات

مدراس میں گرمی کی شدت ہے ٹمپریچر ۱۱۰ درجہ تک پہنچ گئی۔ گرمی سے کئی اموات بھی ہوئی ہیں۔ گوداوری کے اسسٹنٹ اسٹیشن ماسٹر سن سٹروک کی وجہ سے انتقال کر گئے ہیں۔

پلیگ بند

کلکتہ میں اب پلیگ بالکل بند ہے۔ ایک ہفتہ سے نہ کوئی موت ہے نہ کوئی نیا بیمار ہوا ہے۔ کلکتہ میں پلیگ سے ۲۲۰ کیس بہ تفصیل ذیل ہوئے تھے:۔

ہندو ۹۳۔ مسلمان ۹۲۔ دیگر ۳۴۔ ان میں سے ۲۱۴ اموات ہوئیں ہندو ۹۵ مسلمان ۸۴ دیگر ۳۴۔ شہر میں اب پوری رونق ہے اور لوگ امن میں ہیں۔

کلکتہ کے اخباروں کے خلاف مقدمات کا فیصلہ

کلکتہ ۱۳ جون۔ آج چیف پریسیڈنسی مجسٹریٹ نے کلکتہ کے اخباروں کے مقدمات کا فیصلہ سُنا دیا۔ گوریکھی بنگال کے ایڈیٹر و پرنٹر کو ایک مہینہ قید محض اور دو سو روپیہ جرمانہ کی سزا دی گئی۔ اخبار سلطان کے ایڈیٹر و پرنٹر کو تین ماہ قید محض۔ ایڈیٹر اسلام جگت دو سو روپیہ کی ضمانت اور اتنی ہی رقم کا مچلکہ دیں۔ ایڈیٹر اخبار حنفی کو ایک ماہ محض اور ایک سو روپیہ جرمانہ۔ محمدی سے پانچ سو روپیہ کی ضمانت اور ۲۵۰ روپیہ کا مچلکہ۔ ایڈیٹر بھارت مترسے ۵۰۰ روپیہ کی ذاتی ضمانت اور ۲۵۰ روپیہ کا مچلکہ اور پرنٹر اخبار ستوالا کو ۴ ماہ قید محض۔ ایڈیٹر و پرنٹر اخبار بسومتی کو تنبیہ کر کے چھوڑ دیا گیا۔ امرت بازار پتریکا کے ایڈیٹر کو بھی چھوڑ دیا گیا ہے۔ اخبار فارورڈ کے ایڈیٹر سے پانچ سو روپیہ کی ذاتی ضمانت لی گئی اور پرنٹر چھوڑ دیا گیا۔

فسادات کلکتہ کا مقدمہ

کلکتہ ۱۳ جون۔ فسادات کلکتہ کے سلسلہ میں جن ۱۳ مسلمانوں پر لوٹ مار اور بلوہ کرنے کے الزام میں مقدمہ چلایا گیا تھا آج ہائیکورٹ نے اسکا فیصلہ سنا دیا اور جوری کی رائے سے اتفاق کرتے ہوئے دو ملزموں کو چھوڑ دیا باقی گیارہ میں سے ۴ کو تین سال قید سخت اور ۷ کو ۱۸ ماہ قید سخت کی سزا دی گئی۔

تشریح الاوزان

یہ ایک چھوٹی سی کتاب مؤلفہ حکیم علی احمد زاہد جبلپوری قیمتی ہمر ایس۔ا۔ے اعجاز یونانی دواخانہ جامع مسجد جبلپور نے شائع کی ہے جو کہ حکما کے واسطے ایک کار آمد چیز ہے۔ جس میں مختلف اوزان و اوقات دیئے ہیں جن کی رو سے کتب میں لکھے وزن کو اپنے متعارف اوزان کے مطابق سمجھا جا سکتا ہے۔